

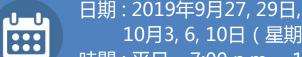
ACADEMY FOR SPORTS & **PROFESSIONALS**

運動及體適能專業學院

Post-Rehabilitation Fitness Trainer Certification (Lower Limb)

課程簡介

有調查指香港至少有一成人長期飽受疼痛煎熬,可 想而知,體適能教練的訓練範疇不局限於減肥、塑 身、提升運動表現等。康傷後訓練也是一個趨勢, 因客戶有可能曾有上肢、軀幹或下肢的病歷。面對 這些客戶時,教練更要懂得循序漸進地訓練,讓他 們逐步返回正常體適能水平;而AASFP舉辦的康復 後教練課程,除了講解身體不同部分的痛症和進階 解剖學外,更會教授T+A+C+T+S的康復後訓練體 系,讓學員懂得制定不同的運動治療方案,給常見 的都市痛症。



10月3, 6, 10日(星期四/五/日)

時間: 平日 – 7:00 p.m. – 10:00 p.m. 星期日 – 10:00 a.m. – 5:00 p.m.

地點: AASFP

課程 重點

- 康復的概念
- ━ 下肢解剖學和下肢痛症的理論概述
- 康復後通用訓練動作及特定訓練動作
- → 利用T+A+C+T+S 訓練體系設計運動治療方案

課程費用: AASFP會員: **HK\$5,200**

全課程

正價:**HK\$5,400** CEUS: 1.5

優惠政策

提前報名優惠:9月6日前報名可享HK\$200優惠

團體報名(3人或以上):每人HK\$4,800



\$

C. 2578 9877



5543 3050

www.aasfp.com

🗖 aasfp@aasfp.com

香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室



入學資格

高級私人體適能教練或同等學歷

