



ASIAN
ACADEMY FOR
SPORTS &
FITNESS
PROFESSIONALS
亞洲運動及體適能專業學院

康復後 下肢

體適能

教練證書課程

2018年
升級版

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。

入學資格

高級私人體適能教練或同等學歷



日期：2019年9月27, 29日,
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

AASFP
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



2578 9877

f Instagram AASFP
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



劉建榮
Wing LAU
註冊物理治療師