



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：2022年1月11, 18, 25日,  
2月8, 15, 22日, 3月1日  
時間：9:00a.m. – 12:00p.m.  
考試：(實習) 3月8日, (理論) 3月15日  
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\$5,400 全課程  
正價：HK\$5,600

AASFP  
CEUs: 1.5

#### 優惠政策

提前報名優惠：12月21日前報名可享HK\$200優惠  
團體報名(3人或以上)：每人HK\$5,000



2578 9877



AASFP



www.aasfp.com



5543 3050



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