aasfp SINCE 1992

irehab Pilates

Spinal Conditions

2 Days Certification

AASFP CEUs : 1.2

入學要求：

適合任何對Pilates有興趣之人士

課程特點

- 預先網上學習，讓學生熟悉普拉提的基本原理，普拉提基礎練習以及普拉提器械操作和安全的介紹。
- 著重實習的課程內容，包括動作展示，案例研究，運動應用與相關工作

課程簡介

復康普拉提課程由以下3個系列組成，透過普拉提復康練習將運動治療師與客人連結：

- 復康普拉提（脊柱疾病）
- 復康普拉提（下肢）
- 復康普拉提（上肢）

完成所有系列後，學生將參與為時30分鐘的開卷理論考試。合格的學生即可獲得AASFP普拉提復康教練資格。

復康普拉提 (脊柱疾病)
課程內容：兩天共14小時，針對腰痛，椎間盤突出，骶髂關節功能障礙，腰椎滑脫，中央狹窄等脊柱痛症。

瑜伽墊，普拉提器械 練習將會以PEP進行
（一種漸進式訓練計劃；具系統且易於跟從的方式去發現各種常見的身體狀況）

日期：2020年2月8, 9日
時間：10:00 a.m. - 6:00 p.m.
考試：課程期間內進行持續性評估

課程費用：

HK$5500 (AASFP會員 $5400)

提前報名優惠（2020年1月18日前）減 $100

**團體報名優惠（三人或以上）: $5200

導師

林家琪
Michelle LAM

AASFP首席臨床普拉提教練
BASI™ 委任教學人員

2578 9877
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

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

irehab Pilates