



運動科學及 體適能實務手冊 課程證書

**Mc
Graw
Hill**

「運動科學及體適能實務手冊」是香港第一本與著名出版社 McGraw-Hill Education 合作的中文教科書，由亞洲運動及體適能專業學院 (aasfp) 編寫。書本集結了17位運動科學及醫學領域的專業人士全面介紹體適能的發展歷史、重要概念以及實務應用，內容涵蓋心肺耐力訓練、身體柔軟性及肌力提升技巧等等多方面知識，提出具體的訓練方法與圖文並茂的動作指引，內容詳盡，相信對普羅大眾及運動愛好者、以及醫護及專業健身教練必獲益良多。此課程附送「運動科學及體適能實務手冊」一本供學員自行修習及回答重點問題，提升教練在運動及體適能方面的知識及技巧。

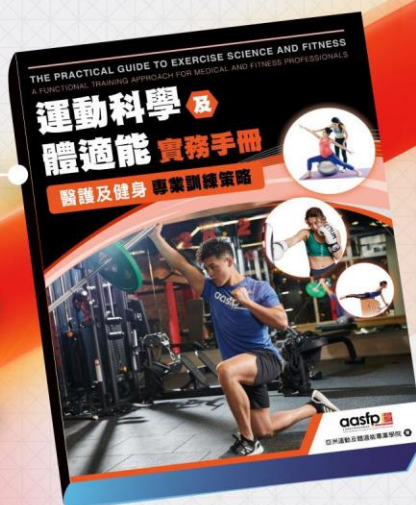
課程附送一本



價錢

舊生會價：
HK\$ 1,500

正價：
HK\$ 1,600



Certificate
in Practical Guide to
**Exercise
Science
& Fitness**

合格要求

MC考試

45條，合格要求為60%或以上，
考試時間為3小時

通過小測人士可獲取

CEUs 0.8
AASFP

2578 9877
www.aasfp.com

AASFP
 5543 3050 **aasfp@aasfp.com**
 香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室

aasfp
SINCE 1992