

aasfp *Plus+*

Fitness 運動療法

脊柱側彎

第16班

Therapeutic Exercise for Scoliosis

CEUs 1.2
A A S F P

CPD 5

坐姿不正，經常翹腳，低頭玩手機，以及只靠一邊肩膀提重物，多是都市人的惡習。但不可不知，這也是脊柱側彎惡化的前奏！而脊柱側彎的患者往往長期飽受著頸肩及腰背痛的煎熬！

此課程屬F1系列，AASFP特設一天8小時課程，讓教練學習一套分成5個階段的循序漸進訓練方案，為脊柱側彎的客戶設計30堂訓練課堂，減輕他們腰背的不適。

課程簡介



日期

日期：2026年5月14日（四）
時間：9:30a.m.-6:30p.m.
地點：AASFP課室



課程費用

團體報名(3人或以上) **HK\$2,500**
(2026年4月23日前報名可享HK\$100優惠)
會員價 **HK\$2,700**
正價 **HK\$2,800**

導師

曹望之
Nathanael

註冊物理治療師
註冊運動治療師



☎ 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