

全方位
普拉提工作坊
肩部穩定

Comprehensive Pilates workshop for

Shoulder Stability

CEUs 1.2

都市人經常面對肩頸膊痛等問題，相信你大部份客人，因日積月累的工作，而不自覺和肩痛「談戀愛」。Michelle老師會在本工作坊重點討論肩帶解剖結構、其不穩定的原因及嚴重後果，更教導大家透過普拉提運動幫助病人糾正情況，協助他們找回健康人生！



日期：2021年6月14日（星期一）
時間：10:00a.m.-6:00p.m.
地點：AASFP

報讀要求：全方位普拉提老師或對
普拉提設備具有經驗的練習者



課程費用：正價HK\$3,050
會員價HK\$2,900
(2021年5月31日 前報名減 HK\$150)
團體報名(3人或以上)：HK\$2,600

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
Room 1603, 16/F., Eastern Centre, 1065 King's Road, Quarry Bay, HK

林家琪 Michelle LAM



AFTC Registered Physiotherapist
BASI @ Pilates Principal Faculty Member