



# 全方位普拉提工作坊 下肢排列不正

Comprehensive Pilates workshop for lower limb Mal-alignment.

## lower limb mal-alignment

O型腳?  
X型腳?  
扁平足?

### 課程簡介

本次工作坊側重於常見的下肢錯位問題，包括O型腳、X型腳、膝超伸、拇外翻和扁平足。此工作坊會由Michelle老師教導大家透過特定的普拉提器械練習，從而改善對齊和減少上述提及的下肢錯位問題。

CEUs 1.2  
AASFP



上課日期：2021年12月18日(六)

上課時間：10am - 6pm

合適人士：有普拉提器械使用經驗人士



課程費用：會員價HK\$3,300 正價 HK\$3,450

提前報名優惠政策  
2021年11月27日前報名可享HK\$150優惠



2578 9877

f 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



林家琪

Michelle LAM



AFTC Registered Physiotherapist  
BASI® Pilates Principal Faculty Member



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