

**Fitness** 運動療法

# 脊柱側彎

**Therapeutic Exercise for Scoliosis**

CEUs 1.2

AASFP

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：2022年11月13日（日）

時間：9:00a.m.-6:00p.m.

地點：AASFP課室



課程費用：團體報名(3人或以上) **HK\$2,500**

(2022年10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

**魏仲宏 Derrick NGAI**

AASFP 講師  
THEi 運動及康樂管理社會科學學士 (運動治療)  
Level 3 神經動能治療法  
(Neurokinetic Therapy, NKT)

☎ **2578 9877**  
[www.aasfp.com](http://www.aasfp.com)

Facebook Instagram AASFP

☎ 5543 3050 ✉ [aasfp@aasfp.com](mailto: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

**aasfp** Plus+