

康復後體適能教練證書課程 (上肢) Post Rehab Trainer Certification (Upper Limb)

課程簡介：此課程將物理治療的基本知識和技巧與體適能的訓練概念結合，可全面提升私人教練的康復後訓練知識和實踐技巧。課程按照身體的不同部位分為不同板塊，學員可逐一板塊分開學習，待所有板塊完成後，就可成為行業中康復後訓練的領先專業人士，為客人提供更為安全有效的體適能訓練。

對象：適合私人體適能教練，有興趣參與成為復康訓練專項人士

課程結構：本課程合共21小時(包括理論及實踐課)，1小時理論考試及1小時實習試

課程內容：上半身康復後訓練原則及理論
- 康復及康復後訓練概念
- 頸、肩、肘及手腕醫學解剖
- 常見醫學相關資料及用詞
頸部相關損傷及康復後訓練
- 頸椎及上肢解剖學
- 頸椎退化

肩部相關損傷及康復後訓練
- 肩部相關問題
肘及手部相關損傷及康復後訓練
- 手腕及手拍

導師：石景逸 Stone SHEK – THEi運動及康樂管理社會科學學士(運動治療)，英國註冊運動治療師，香港精英田徑運動員體能教練及治療師

課程學費：舊生會 : \$5,400 非舊生會員 : \$5,600
提前報名優惠政策 – 在開課三週前交費報名的學員可以得到HK\$200.00優惠
*團體報名優惠(3人或以上) : HK\$5,000

日期及時間：2026年2月26日, 3月5, 12, 19, 26日, 4月2, 9日 (星期四)
7:00p.m. – 10:00p.m.

考試日期：實習試 : 2026年4月16日 (星期四), 晚上7時開始
理論試 : 2026年4月23日 (星期四), 晚上7時-8時30分

上課地點：AASFP課室 - 香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室 (港鐵站：太古站A2出口)

入學要求 持有AASFP高級私人體適能教練證書或物理治療師，如持有其他體適能教練資格須向本學院查詢入學安排

延續學分：AASFP CEUs : 1.5

授課語言：粵語，輔以英文

報名手續：WhatsApp: 5543 3050 / 登入www.aasfp.com / 致電 (852)2578 9877