

# 康復後體適能教練證書課程 (下肢)

## Post Rehab Trainer Certification ( Lower Limb)

### 課程簡介

有調查指香港至少有一成人長期飽受疼痛煎熬，可想而知，體適能教練的訓練範疇不局限於減肥、塑身、提升運動表現等。康傷後訓練也是一個趨勢，因客戶有可能曾有上肢、軀幹或下肢的病歷。面對這些客戶時，教練更要懂得循序漸進地訓練，讓他們逐步返回正常體適能水平；而AASFP舉辦的康復後教練課程，除了講解身體不同部分的痛症和進階解剖學外，更會教授T+A+C+T+S的康復後訓練體系，讓學員懂得制定不同的運動治療方案，給常見的都市痛症。

### 課程內容

- 康復的概念
- 下肢解剖學和下肢痛症的理論概述
- 康復後通用訓練動作及特定訓練動作
- 利用T+A+C+T+S 訓練體系設計運動治療方案

### 詳細資料

課程編號：PRT-L-0119-6

上課日期：2019年9月27, 29日, 10月3, 6, 10日 (四/五/日)

上課時間：星期四/五 – 7:00p.m.-10:00p.m., 星期日 – 10:00a.m.-5:00p.m.

考試日期：實習 - 10月17日(四), 7p.m.開始

理論 - 10月24日(四), 7p.m.-8p.m.

學 費：AASFP會員 HK\$5200 非會員 HK\$5400

\*開課3星期前報名交費可享HK\$200優惠

\*\*團體報名 ( 3人或以上 ) : 每人HK\$4,800

上課地點：AASFP課室

學 分：1.5 CEUs

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

查 詢：2578 9877

電 郵：aasfp@aasfp.com