

霸氣 出擊

LET'S FIGHT

拳擊體適能 師資培訓班

招生中

RICKY教官親自指導



從零開始 / 學科 . 術科 完整訓練
拳擊武術的科學理論
場上實戰之教學能力
避免運動傷害的防護技巧

特別加入 / 實戰搏擊對戰技巧

課程重點 / 取得 AFAA KICKBOXING
拳擊有氧師資 國際證照

AFAA

International
Licensee

美國運動體適能協會

RICKY

武術道

第七屆全國泰拳錦標賽冠軍

美國運動體適能協會 (AFAA) 教育指導陣容助理顧問

有氧舞蹈教官(PC) 拳擊體適能教官(KB)

國際私人教練證(PFT)

重量訓練教練(WT)

美國YOGAFIT 國際瑜珈證照

ENCE TRAINING 深層運動按摩與動作訓練

IASTM國際工具軟組織鬆動

筋膜放鬆滾輪

下肢運動傷害與回場條件

中華武術散打搏擊協會散打1段

國際游泳教師總會(IFSTA)B級游泳教練

國際游泳教師總會(IFSTA)學齡前游泳教練

國際游泳教師總會(IFSTA)身心障礙游泳教練

中華民國水上救生協會救生教練

中華民國水上救生協會激流救生教練

個人體適能規劃 團體動靜態課程 高低衝擊有氧

階梯有氧 拳擊有氧 混合有氧 皮拉提斯 瑜珈

飛輪教學 游泳教學 重量訓練 筋膜放鬆

運動深層按摩與動作訓練 泰拳 散打



上課地點 /

南區運動中心:桃園市平鎮區延平路一段168號

上課時間 /

107年11/4.11.18.25.12/9.16週日8:00-16:00上課

報名表單

<https://goo.gl/forms/cEacFNTUPrAHZVok1>



檢定日期 / 12/23

