AFAA International Licensee 美國運動體適能協會

2019/01 PFT 個人體適能教練
PERSONAL FITNESS TRAINER

- ✧ 想要學習如何健康、安全、又有效率的運動方式。
- ✧ 想要跨足健身運動產業，成為一位健身教練(私人教練)。
- ✧ 想要取得國際健身運動教練(私人教練)證照。
- ✧ 讓您可以輕鬆躍進各大健身運動產業，擁有更多機會與更棒的優勢。

【課程內容】

運動科學(運動生理學、人體解剖學、運動生物力學、體適能概論、運動訓練學)、健康篩檢與風險評估、體適能評估與分析、運動處方設計與指導、重量訓練動作＆指導實務、特殊族群處方設計與運動指導、傷害預防與處置、營養與體重控制、行為修正與溝通技巧、企業面向/法律問題與專業責任、取得國際證照。

【能夠學習到】

如何正確健康篩檢與風險評估、實際操作體能檢測、依據體能評估數據規劃運動處方、針對特殊族群給予適當修正、並且能夠正確指導各項(重量訓練)運動訓練、避免運動傷害，以及順利取得國際教練認證。

【授課講師 陳銘正】

◎ 國立體育大學 教練研究所碩士 ◎20 年教育訓練經歷
◎ AFAA KICKBOXING 教育總監 ◎大學兼任講師
◎ AFAA PFT、WT 總顧問 ◎ AFAA PBT 創立者
◎ AFAA Youth Fitness 兒童青少年體適能教育講師
◎ ACSM、NSCA、NASM、RTS 國際組織體適能教練
◎ 國健署運動保健師 ◎ 國家級拳擊教練＆裁判

【授課講師 王鴻彰】

◎ AFAA PFT 個人體適能訓練教官
◎ AFAA KICKBOXING 教練
◎ PBT 拳擊訓練師 教練 ◎ CROSS CORE RBT 教練



陳銘正



王鴻彰

【開課日期】2019 年 01 月 12 日 開始上課(每週六) 10:00~17:00
01/12、19、26、02/16、23、03/02、09、16 (03/24 考試)

【上課地點】比活力運動俱樂部信義館 (新北市蘆洲區信義路 165 號)

【報名費用】(包含, 入會籍一年年費+一日研習檢定考試費用＋研習手冊+參考資料雜項+講師費+場地費)

☐ 非會員同時加入會員：NTD 36,500 元.....(一年會籍 ＋ 養成研習 ＋ 認證考試)

☐ 會員價：NTD 34,000 元..... (養成研習 ＋ 認證考試)

※ 早鳥優惠：☐ 12/17 前報名折扣 2,000 元。☐ 01/02 前報名折扣 1,000 元。

※ 學生優惠：☐ 目前在學，並持有有效之學生證報名可優惠折扣 2,000 元。

※ 團報優惠：☐ 2 人同時報名，每人可優惠折扣 1,500 元。 ☐ 3 人同時報名，每人可優惠折扣 2,000 元。

【請留意：以上各項優惠方案無法合併使用辦理】

【報名方式】請填妥報名表寄至 chen719@ms27.hinet.net 然後進行匯款
戶名：陳銘正 銀行：中國信託(822) 帳號：901-535-851-506
歡迎來電詢問 0917-757839 陳銘正教官 ；0981-134136 王鴻彰教官

AFAA International Licensee 美國運動體適能協會

2019/01 PFT 個人體適能教練
PERSONAL FITNESS TRAINER

~ 報名表 ~

● 基本資料　　報名日期: _____

中 文 姓 名		英 文 姓 名			E-mail		
身 分 證 字 號			出生年月日		聯絡電話		
公 司 名 稱			職　　稱		畢業學校		
聯 絡 地 址							
匯 款 資 訊	匯款日期: _____		匯款金額: _____		帳號後四碼: _____		
報 名 種 類	【開課日期】2019 年 01 月 12 日 開始上課(每週六) 10:00~17:00 01/12、19、26、02/16、23、03/02、09、16 (03/24 考試) 【上課地點】比活力運動俱樂部信義館 (新北市蘆洲區信義路 165 號) 【報名費用】(包含, 入會籍一年年費+一日研習檢定考試費用＋研習手冊+參考資料雜項+講師費+場地費) □ 非會員同時加入會員：NTD 36,500 元.....(一年會籍 + 養成研習 + 認證考試) □ 會員價：NTD 34,000 元..... (養成研習 + 認證考試) ※ 早鳥優惠：□12/17 前報名折扣 2,000 元。□01/02 前報名折扣 1,000 元。 ※ 學生優惠：□ 目前在學，並持有有效之學生證報名可優惠折扣 2,000 元。 ※ 團報優惠：□ 2 人同時報名，每人可優惠折扣 1,500 元。 □ 3 人同時報名，每人可優惠折扣 2,000 元。 【請留意：以上各項優惠方案無法合併使用辦理】 【報名方式】請填妥報名表寄至 chen719@ms27.hinet.net 然後進行匯款 戶名：陳銘正 銀行：中國信託(822) 帳號：901-535-851-506 歡迎來電詢問 0917-757839 陳銘正教官 ；0981-134136 王鴻彰教官						