

基本團體運動指導員(GEI)

培訓招生簡章



AFAA 簡介

1983 年成立於美國洛杉磯。至今已是「世界最大體適能教育機構」，在全球已有超過 350,000 人取得 AFAA 核發之國際認證，並活躍於全世界 73 個國家體適能業界。AFAA TAIWAN 在台灣已建立完備的招生、培訓、檢定管道，六大領域累積培訓超過 7,000 名取得專業國際證照認證合格教練。

AFAA 公信力與國際認定

AFAA 是由國際健身認證機構 IHRSA 2005 年推薦

AFAA 的認證考試由「美國健身測試委員會」National Fitness Testing Council (NFTC) 統籌管理。

AFAA 的理論與實技考試內容受「美國生命研究會」Vital Research 認可。

AFAA 很榮幸能與「美國健身考試委員會」National Board of Fitness Examiners (NBFEE) 結為聯盟。

AFAA 是「美國國家能力認證組織」National Organization for Competency Assurance 的一員，現為 Institute for Credentialing Excellence (ICE)。

AFAA 的遠程教育中心(DEC)裡課程是由美國教育部認可的認證機構-遠程教育認證委員會(DEAC)提供。

GEI 證照簡介

團體運動指導員課程，其目的是輔助體適能指導員對團體運動的參與者能夠充分運用指導能力而開發。這些課程是由在體適能領域的領導者、研究機關小組，不斷的在專業領域中進行研究與批評。本課程是從生理學、醫學、生物力學的層面，以一般成人在進行有氧運動時要如何指導，以利參與者達到安全有效的運動目的。

講師簡介



涂文香 Sharen 阿雪老師

✦ 現任

- ▶ AFAA Taiwan GEI 教育指導陣容總顧問
- ▶ 現任團體課程有氧教練
- ▶ Les Mills BTS Combat、Pump、Jam、ZUMBA、STRONG by Zumba 認證教練
- ▶ NIKE 合作教練



宋亭萱 Linda

✦ 現任

- ▶ 現任團體及私人課程體適能教練
- ▶ AFAA GEI 教育指導陣容顧問
- ▶ NSCA-CPT、Bokwa fitness、Redcord Neurac1、TRX、Yoga Fit 認證教練
- ▶ 天主教耕莘醫院社區健康促進中心講師

培訓課程介紹：

引導您從最基本的認識與學習音樂結構開始，進一步學習團體運動課程的編排與教學技巧，並且教授運動相關學科以加強您專業背景。此培訓課程可奠定您的體適能基礎，讓您未來可以在體適能之路更清楚自己的方向與學習。

術科	學科
音樂節拍與指令	人體肌肉與骨骼
基本步型與術語	解剖學
暖身運動	運動科學
有氧主運動編排	運動生理學
有氧教學教學拆解	呼吸循環系統
肌力訓練	營養學
個人呈現	運動傷害預防與處理
伸展緩和運動	特殊族群及多樣化訓練

授課時間： 2018 年 12 月 16 日至 2019 年 1 月 27 日

每週日 10:00~18:00 上課，每次 8 小時，共 48 小時。

（以上日期為預定日期，實際日期可能變動，授課講師保留修改之權利）

上課地點：給力健身房，台北市松山區民生東路三段128號B1，西華飯店正對面

養成費用：

AFAA 會員：新台幣 33,500 元整，報名同時入會 36,000（報名表下方有 **AFAA** 會員入會表格，請填妥連同報名表一起 email）

非會員：新台幣 38,500 元整

ZIN/SYNC 會員：同 **AFAA** 會員資格，新台幣 33,500 元整

在學學生另有優惠，歡迎來信詢問。

以上費用包含 **GEI** 認證檢定、培訓課程費用等。

* 報名後恕不退費。個人因素曠課，不另補課。

報名方式：

e-mail 以下報名表至：sharen.livingfit@gmail.com，Sharen 阿雪老師

聯絡人：涂文香（Sharen 阿雪老師）

電 話：0930569562

Line ID：0930569562

繳 費：匯款或 ATM 轉帳方式至下列帳號

銀行代碼：822

銀行名稱：中國信託-忠孝分行

帳 號：185533500905

戶 名：涂文香

GEI 國際團體運動指導員報名表

姓 名		身份證號碼	
英文名字			
性 別	☐ 男 ☐ 女	出生年月日	年 月 日
服務單位			
通訊地址	☐ ☐ ☐		
連絡電話	(H) (O)	行動電話	
E-MAIL			
繳費方式	☐ ATM 轉帳，帳號後五碼： _____ ☐ 銀行匯款，匯款人姓名： _____		
☐ AFAA 會員 NT\$33,500 元，會員號碼： _____ ☐ 報名同時入會 NT\$36,000 元 ☐ 非會員 NT\$38,500 元 ☐ ZIN SYNC 會員 NT\$33,500 元，會員號碼： _____			

美國有氧體適能協會入會申請

姓名		聯絡電話	
地址	□□□		
身分證字號：		出生：	年 月 日
E-mail:			
加入 AFAA 會員可享有 ★ 可優惠參加 AFAA 主辦的研習課程。 ★ 每月寄發會刊，提供會員最新 AFAA 檢定、活動訊息及體適能的技術與理論。 ★ 享 AFAA 會員會費折扣與 AFAA 商品的優惠。 ★ 提供完善補考及教育學分制度。			