AFAA International Licensee 美國運動體適能協會

2020/07 桃園 PFT 國際個人健身教練
PERSONAL FITNESS TRAINER

- ✧ 想學習［重量訓練］技巧與方法
- ✧ 想學習［如何健康、安全、又有效率］的運動方式。
- ✧ 想成為［一位健身教練(私人教練)］。
- ✧ 想取得［國際健身教練(私人教練)證照］。
- ✧ 想躍進［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、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 ◎24 年教育訓練經歷
◎ AFAA KICKBOXING 教育總監 ◎ AFAA PFT 顧問
◎ AFAA WT 總顧問 ◎ PBT 拳擊訓練師 總監
◎ AFAA Youth Fitness 兒童青少年體適能教育講師
◎ ACSM、NSCA、NASM、RTS 國際組織體能教練
◎ 國健署運動保健師(銀髮族) ◎ 國家級拳擊教練&裁判

【授課講師　王鴻彰】

◎ AFAA PFT 助理顧問 ◎ AFAA KICKBOXING 教練
◎ PBT 拳擊訓練師 ◎ CROSS CORE RBT 教練

【授課講師　李俊明】

◎ AFAA PFT 助理顧問 ◎ PBT 拳擊訓練師
◎ AFAA KICKBOXING 教練 ◎ AFAA FDI 教練
◎ FISAF 澳洲有氧體適能聯盟國際體適能教練 ◎ Maxx MMA 拳擊品牌簽約教練


陳銘正



王鴻彰



李俊明

【開課日期】2020 年 07 月 04 日　開課(週六) 10:00~17:00
7/04、11、18、25、8/1、15、22、29

【上課地點】卓立運動空間(桃園市桃園區中華路 32 號 4 樓) / 配合地點：運動吧運動空間(中壢區龍崗路二段 6 號)

【報名費用】(包含，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 37,000 元.....(一年會籍 + 養成研習 + 認證考試)

☐ 會員價：NTD 34,500 元..... (養成研習 + 認證考試)

※ 早鳥優惠：☐ 06/08 前報名折扣 2,000 元。 ☐ 06/22 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 人以上同時報名，每人可優惠折扣 2,000 元。

【請注意：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

諮詢專線：0917757839 陳教官 ；0981134136 王教官 ；0913318653 李教官

LINE 帳號：0917757839

AFAA International Licensee 美國運動體適能協會

2020/07 桃園 PFT 國際個人健身教練
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	
專長/授課項目		T恤尺寸		LINE ID	
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】2020 年 07 月 04 日 開課(週六) 10:00~17:00
7/04、11、18、25、8/1、15、22、29

【上課地點】卓立運動空間(桃園市桃園區中華路 32 號 4 樓)
配合地點: 運動吧運動空間(中壢區龍崗路二段 6 號)

【報名費用】(包含, 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 37,000 元.....(一年會籍 + 養成研習 + 認證考試)

☐ 會員價: NTD 34,500 元..... (養成研習 + 認證考試)

※ 早鳥優惠: ☐ 06/8 前報名折扣 2,000 元。 ☐ 06/22 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 人以上同時報名, 每人可優惠折扣 2,000 元。

【請注意: 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

諮詢專線:0917757839 陳教官;0981134136 王教官;0913318653 李教官

LINE 帳號: 0917757839