



AFAA 養成班 報名簡章

Certification training

培訓教官：邱智湧 Brian Chiu 教官



講師簡介

INSTRUCTORS



AFPAA™

**International
Licensee**



培訓職官

**AFPAA WT
教育總監**



證照

7年養成班培訓經驗

AFPAA美國運動體適能
WT重量訓練證照
AFPAA美國運動體適能
PFT私人教練訓練證照
AFPAA美國運動體適能
FDI國際體適能有氧舞
蹈教練證照
AFPAA美國運動體適能
孕婦有氧合格證照



經歷

18年健身產業經歷

新創智慧健身總經理
超體能中心教育訓練協理
加州健身中心私人教練部經理
世界健身中心教練部副理
加州健身中心私人教練
世界健身中心私人教練
全真健身中心私人教練
統一健身俱樂部私人教練

AFAA簡介

AFAA是具有公信力且可信賴的教育機構，所有的檢定考試及教育課程皆受相關單位認可：

INTRODUCTION



International
Licensee

- 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與「美國健身考試委員會」National Board of Fitness Examiners (NBFE) 結為聯盟。
- AFAA是「美國國家能力認證組織」National Organization for Competency Assurance的一員。
- 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。



報名對象

ETHNIC GROUPS

適合報名之對象：

1. 大專院校相關科系
2. 健身中心私人教練
3. 想更換工作型態者
4. 對私人教練興趣者
5. 培養第二專長意願

AFAA™

International
Licensee



課程資訊

AFAA體適能重訓教練養成班/

時間：每週日 10:00~19:00
(12:00~13:00午餐時間)

地點：
新北市中和區宜安路182號
(新創智慧健身)
(永安市場捷運站旁8分鐘)



International
Licensee

課程內容

2019年09月15日
(8小時)

學科

□AFAA簡介 & AFAA5Q、人體解剖學應用-骨骼/肌肉/關節/神經/呼吸
術科

□運動面/關節活動、上半身徒手肌力訓練

2019年09月22日
(8小時)

學科 □運動生理學、生物力學

術科 □基本姿勢運用、徒手肌力訓練(下半身)

2019年09月29日
(8小時)

實務分析

□健身中心市場分析與私人教練薪資分析

術科

□實務健身運動器材運用教學與技巧, 示範、說明、示範

2019年10月06日
(8小時)

學科

□肌能訓練、抗阻訓練效果、訓練課程計畫與訓練系統

□基礎營養學與身體組成、傷害預防與安全性

術科

□徒手肌力訓練上、下半身、示範、說明、示範

2019年10月13日
(8小時)

□模擬考-學科(總複習) □模擬考-術科(總複習) □總檢討

2019年10月20日
(8小時)

□模擬考-學科(總複習) □模擬考-術科(總複習) □總檢討

費用 TUITION

ATM轉帳或臨櫃匯款-
銀行/ 台灣中小企銀 (代號050)

戶名：邱智湧

帳號/ 050-621-82034

*匯完款後請將轉帳的金融卡末5碼傳送訊息或來電告知教官

繳款方式

報名費用包含：執照認證檢定考試費、登錄費、第1年會費、
場地租借費、講師車馬費及鐘點費、書籍教材費等。

不含CPR急救證書研習費用、通過檢定後另有申請證照費用。

注意事項

聯絡教官

1. 邱智湧教官 0960-266-566
2. LINE ID： moggymys
3. E-mail/ moggymys@yahoo.com.tw

培訓費用

1.已是AFAA會員: \$29,500 元

2.非 會 員: \$34,500元

3.報名與加入會員: \$32,000元

優惠早鳥價30000元(2019年08/20日截止)

報名表

REGISTRATION FORM

美國運動體適能協會 台灣分會 國際重量訓練教練養成報名表

姓 名	行 動 電 話	地 址 (郵 遞 區 號)	護 照 英 文 名
		□□□	
性 別	出 生 日 期	身 分 證 (非 本 國 人 可 填 護 照 號 碼)	服 務 單 位
連 絡 電 話 (O)	連 絡 電 話 (H)	E-MAIL	其 他 或 相 關 專 長
填寫完畢請將報名表E-Mail至 moggymys@yahoo.com.tw			
☐ 非 會 員 \$34,500			
☐ 已 是 會 員 \$29,500			
☐ 同 時 加 入 \$32,000 *若目前不是AFAA有氧體適能協會的會員,請勾選此處*			
☐ 早 鳥 優 惠 同 時 加 入 \$30,000 (2019/08/20日前)			