



美國有氧體適能協會 AFAA

Aerobics and Fitness Association of America

【美國有氧體適能協會 (AFAA) 的簡介及特點】

AFAA「Aerobics and Fitness Association of America 美國有氧體適能協會」1983年由前任會長Linda D. Pfeffer琳達菲法女士根據有氧體適能體驗、科學驗證及安全有效之有氧體適能運動普及的必要，在美國洛杉磯成立了AFAA。33年來AFAA以發展成為「世界最大體適能教育機構」，在全球已有超過350,000人已取得AFAA之國際認證，此認證可通行於世界73個國家。

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

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

■ AFAA與「美國健身考試委員會」NBFE National Board of Fitness Examiners 結為聯盟。

□ 1998年成立 AFAA TAIPEI 事務局

□ 2006年AFAA TAIPEI 更名為 AFAA TAIWAN

想更進一步瞭解AFAA嗎？

歡迎到 www.afa.com.tw 參觀，您可以獲得更多最新的體適能情報。

課程內容：

運動科學: 運動生理學、解剖學、肌動學

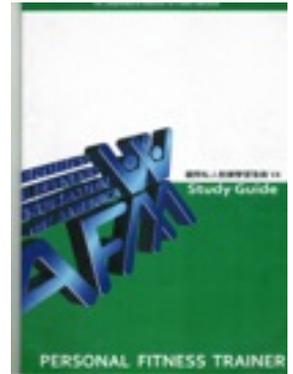
顧客評估: 健康篩選與風險評估、體能檢測、體態評估、行為修正與溝通技巧

訓練計劃: 心肺功能訓練計畫、肌力與耐力訓練計畫、柔軟度訓練計畫

訓練技巧: 徒手訓練、簡易器材及重量訓練器材使用技巧、應用阻力訓練安全與指導技巧

特殊考量: 傷害預防、特殊族群、營養與體重管理

職涯規劃: 企業面向、法律問題與專業責任



課程以全中文授課，讓您省去等待翻譯的時間，紮紮實實的學習，在課程中除了能夠學習如何順利取得認證外，授課講師擁有超過二十年豐富的個人指導與教練培訓經驗，可以讓你/妳更了解如何將理論知識變得實用。

開班訊息：

日期: 2017/11/05、11/12、11/19、11/26、12/10、12/17 (共48小時)

週日 - 09:00~13:00 ; 14:00~18:00 (8小時)

預定研習檢定日期: 2017/12/24(日)

(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)

(所有優惠無法併用)	AFAA有效會員	報名同時入會	非會員/非有效會員
一般	33,000元	35,500元	38,000元
2017/09/08(五)前特早鳥價格及持有相關證照優惠 (需提供證明) E mail至 wcollege8@gmail.com	31,000元	33,500元	36,000元
2017/10/06(五)前早鳥價格及三人團報、軍、警、學生優惠(需提供證明) E mail至 pftcollege@gmail.com	32,000元	34,500元	37,000元

課程總時數: 共48小時

開課地點: 主要場地: 愛表現體能顧問中心 (台北市中山區朱畚街60號B1)

配合場地: 桑富士運動俱樂部 (台北市大同區平陽街29號)

【講師簡介】 美國有氧體適能協會教育總監 (24年教練經驗17年教育經驗)

報名費用包含：48小時養成培訓及1日私人教練研習檢定、執照認證檢定費、場地租借費、講師車馬費及鐘點費、AFAA國際私人教練學習指南研讀手冊等。



Andy Chen 陳立榮

- **i Performance** 愛表現體能中心負責人
- 美國肌力與體能協會 - 肌力與體能訓練 大中華區講師
- 國立體育大學 - 運動保健科學研究所碩士
- 國立體育大學 - 運動保健學系兼任講師 (運動體能訓練法、體重控制體態雕塑)
- 國立新竹教育大學 - 體育學系兼任講師 (運動處方、重量訓練)
- 美國有氧體適能協會 - 首席教育總監 (2014~2016)
- (前) 蓬勃網球學院-肌力與體能訓練總教練
- CrossCore RBT - 台灣區講師
- 行政院體委會 - 國民體能指導員認證課程講師 / 考官
- 教育部 - 體適能指導員認證課程講師 / 考官
- 教育部 - 培育優秀青少年運動人才計畫：教練與選手知能提升講習會講師
- **adidas** 體適能推廣大使
- (前) 加州健身中心 - 台灣區體適能發展教育經理
- 健美錦標賽冠軍 - 1999台灣省主席盃 / 2000台北市中正盃



【講師簡介】 美國有氧體適能協會總顧問



Christine Lee 李佳純

- 美國有氧體適能協會 - 體適能嘉年華會授課講師 / 墊上核心訓練認證顧問 / 私人體適能教練認證檢定官 / Pilates專修課程講師 / AFAA China體適能嘉年華會示範講師
- 世界健身中心 私人教練
- 瑜珈&皮拉提斯老師 - 亞力山大 / True Yoga / 金扶輪健身運動中心 / 順益汽車員工社團 / 迷火佛朗明哥舞團 / 台北縣體育處板橋場
- 皮拉提斯器材私人教練
- **adidas** 運動系列簽約教練
- 美國有氧體適能協會 墊上科學運動教練認證
- 美國有氧體適能協會 私人體適能教練認證



(報名者贈送AFAA 個人體能訓練:理論與實踐/定價1,320 元)

【養成課程報名注意事項】

- 同時申請加入AFAA會員，即可以會員優惠價報名。
- 另還可以會員價參加AFAA舉辦的各項活動。
- 報名費用包含：執照認證檢定費、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、通過檢定後申請證照費用。
- 報名完成後恕不接受延期及退費。
- 報名及諮詢請洽（0937-640-628 Andy Chen 陳壹豪） LINE ID: ac0628
- 匯款帳號：
 - n 元大銀行（806）忠孝分行
 - n 帳號：20932-0000-33467
 - n 戶名：艾爾法國際事業有限公司
 - u 匯款完成請電話確認（0928-255-016 李小姐）
 - u 並將報名表寄至 pftcollege@gmail.com

線上填寫報名表：<https://goo.gl/forms/Roqdh35yLv0zxNyG3>

.....
AFAA PFT報名表

姓名：_____ 身份證字號：_____

英文（姓）：_____（名）：_____（請填寫護照英文姓名）

出生日期：西元_____年_____月_____日 性別：男 女

連絡地址：□□□□□_____

連絡電話：（_____）_____ 行動電話：_____

電子郵件：_____ AFAA會員：是_____ 否

服務單位：_____ 職務：_____

畢業學校：_____ 系所/科：_____

運動專長：_____ 帳號末五碼：_____

匯款人姓名：_____