

2020 Simon 教官 皮拉提斯教練培訓班～高雄場 九月

聯絡方式：09160578033

Line ID: o2simonliu

臉書：劉大勳

Email: da_yang_liu@yahoo.com



美國運動體適能協會皮拉提斯教練培訓班
Athletics and Fitness Association of America

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：

- 是由國際健身認證機構IHRSA 2005年推薦
- 認證考試由「美國健身測試委員會」National Fitness Testing Council (NFTC) 統籌管理。
- 理論與實技考試內容受「美國生命研究會」[Vital Research](#)認可。
- 「美國健身考試委員會」[National Board of Fitness Examiners \(NBF\)](#) 結為聯盟。
- 「美國國家能力認證組織」National Organization for Competency Assurance的一員，
- 現為[Institute for Credentialing Excellence \(ICE\)](#)。
- 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。

（健康管理）將會成為未來十年內就業市場上熱門的選擇

課程內容：（以 AFAA CPI 皮拉提斯手冊為主）

1. 完整解剖學知識與呼吸生理學。
2. 皮拉提斯動作分析與人體核心部位的正確概念。
3. 編排適合人體活動功能的皮拉提斯課程。
4. 學習從顧客角度來指導運動、避免運動傷害與學習正確的營養概念。
5. 特殊族群運動教學（銀髮族、孕婦與代謝疾病等）。

The logo for R&B Fitness. It features the letters 'R&B' in a large, bold, red font with a blue outline, followed by the word 'Fitness' in a bold, black, sans-serif font.

專業運動課程

◆飛輪 ◆壺鈴 ◆拳擊 ◆TRX
◆瑜珈 ◆有氧 ◆舞蹈 ◆ZUMBA
私人教練 # 團體包班
體能訓練 # 鐵人三項

入口處：大順一路552號(柏安診所旁)

電話：07-5508152 / 0933364227

開班訊息:

- ▶ 開課地點: [R&B FITNESS](#) (高雄市左營區博愛二路 8 號 3 樓)
- ▶ 開課日期: 2020/09/20、27、10/04、11、18、11/08 每周日 09:30~18:30
- ▶ 課程總時數: 共 48 小時 ~ 預計 2020/11/15 (日) 檢定考試。

費用: AFAA有效會員33,500元, 非會員報名同時入會36,000元

報名費用包含:48小時養成培訓及1日皮拉提斯研習檢定、執照認證檢定費、場地租借費、講師車馬費、鐘點費和AFAA國際皮拉提斯研讀手冊等。

課程報名表

姓名		英文姓名(護照)	
性別	☐ 男 ☐ 女	身份證號碼	
出生年月日		行動電話	
通訊地址			
E-MAIL			
服務單位		Line、 FaceBook 帳號	
★ 匯款帳戶：嘉森運動事業有限公司 ★ 匯款銀行：陽信銀行（左營分行） 匯款帳號：07345-000078-0 ★ 請將報名表回傳到 da_yang_liu@yahoo.com, 或 Line: o2simonliu, 0916057803 ★ 收到資料後會立即與您聯絡確保雙方權益。 匯款資訊：姓名：_____，帳號末五碼：_____ ☐ AFAA 有效會員 \$33,500 ☐ 非會員報名且同時加入會員 \$36,000			

☐ 本人願收到AFAA相關資訊

講師介紹



劉大勳 教官 Simon Liu

美國運動體適能協會 私人教練(PFT) 教育總監

美國運動體適能協會 重量訓練(WT) 教育總監

美國運動體適能協會 墊上核心(MAT) 總顧問

美國運動體適能協會 皮拉提斯(CPI) 總顧問

美國運動體適能協會 團體運動教練(GFI)教官

AFAA 運動員瑜伽研習課講師

美國運動體適能協會 私人體適能教練 (AFAA PFT)

美國運動體適能協會 重訓教練 (AFAA WT)

美國運動體適能協會 墊上核心教練 (AFAA MAT)

美國肌力與體能訓練協會認證教練 (NSCA CSCS)

美國運動醫學學會認證教練 (ACSM HFI)

美國代謝型態合格認證諮詢師 (MTCA)

台安醫院生殖科運動教練

NIKE 簽約教練

陳家羚 教官 Gail Chen (OJT)

美國運動體適能協會WT、MAT、PILATES助理顧問、 PFT檢定官

2015、2016、2017年AFAA APEX 助理講師

AFAA 運動員瑜伽研習課講師

美國運動體適能協會PFT& WT& MAT&GEI 證照

皮拉提斯專修

美國瑜珈聯盟RYT 200小時認證

美國運動委員會ACE-CPT

空中無重力瑜珈L1師資

BOWKA FITNESS 非洲有氧 L1 & L2 認證

澳洲FTI功能性訓練壺鈴研習L1 & L2

TRX Group 團體教學指導與RIP多功能訓練教練認證

O2氧適能跑步 PT、EOXi飛輪新訓

2016 女性曲線雕塑訓練指導方針研習

Power fitness yoga&北區私人公司及社區體適能教學

