



美國運動體適能協會 AFAA 國際私人體適能教練證照

Athletics and Fitness Association of America

美國運動體適能協會 (AFAA) 的簡介及特點

AFAA 「Athletics and Fitness Association of America 美國運動體適能協會」

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」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

歡迎到 www.t-wi.com.tw，可以獲得更多最新的體適能情報。

課程內容: (以 AFAA PFT 個人體能訓練：理論與實踐)

課程內容有了解健康、運動生理學、解剖學與肌動學、健康篩選與風險評估、體能評估、心肺功能訓練計畫、肌力與耐力訓練課程、應用阻力訓練技巧、伸展運動、傷害預防、特殊族群、營養與體重管理、行為修正與溝通技巧、企業面向和法律問題與專業責任，共十四個章節。課程中能夠學習正確評估健康風險、實際操作體能檢測、利用體能檢測數據規劃顧客運動處方，從而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。可以讓你/妳了解如何將理論變成實用，順利取得認證。

開班訊息:

開課地點: BELIEVE Fitness & Yoga (桃園市龜山區文化二路 34 巷 14 弄 6 號 1 樓)

✓ 上課日期: 2020 / 03 / 22 ~ 2020 / 04 / 26 每週日 09:00 ~18:00

(共計六週 / 總時數 48H)

✓ 檢定日期: 2020 / 05 / 17

✓ 費用:

☐會員價 \$34,000

☐非 AFAA 會員 \$39,000

☐非會員報名同時入會 \$36,500

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。

(教材為 AFAA 個人體能訓練:理論與實踐/定價 1,320 元)



講師介紹

許育誠 Ben Hsu



AFAA PFT 個人體適能顧問 助理顧問
台北市立體育學院 運動技術系
極限健身中心 教練部副理
大葉大學運健系講師

證照:

AFAA PFT 個人體適能顧問教練證
AFAA GEI 國際團體運動指導教練證
Resistance Training Specialist 國際阻力訓練專家
中華民國運動協會 飛輪老師證
台灣壺鈴協會壺鈴教練證
RADICAL POWER 合格老師
THUMP Boxing L1.L2 認證教練
Redcord neurac1,Active Intro 認證教練
BLACKROLL Trainer
TRX-STC 懸吊系統教練

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，可以會員價參加 AFAA 舉辦各項活動。
- 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 0916 - 758 - 560 許育誠
- 匯款帳號：602-540063552 中國信託銀行(822) 大安分行 戶名：許育誠
- 請於 **2020/03/13 (五)**前完成匯款以 E-mail 方式將完整報名表寄
shaun7271@hotmail.com (完成 mail 後請主動來電或簡訊確認完成報名)

>>> 報名同時入會可享\$36,500 優惠價，2/29 前折扣\$2,000 <<<

AFAA PFT 報名表

姓名		身份證號碼	
英文名字		出生年月日	
性別	☐ 男 ☐ 女	服務單位	
畢業學校		職稱 / 專長	
連絡電話	(H) (O)	行動電話	
E-MAIL			
Facebook			
通訊地址	☐ ☐ ☐		

1.是 AFAA 會員 ☐34,000 元 會員編號：AF _____

2.非 AFAA 會員(不加入會員) ☐39,000 元

3.非 AFAA 會員同時入會(含首次入會費) ☐36,500 元

繳費資料：

繳費日期 ____年____月____日

☐無摺存款 匯款者姓名：_____

☐郵局轉帳 匯款者戶名：_____

☐其他 ATM 轉帳 轉帳存摺帳號後五碼：_____

轉帳 ATM 機台所屬銀行：_____

☐本人願意收到 AFAA 相關資訊