



International
Licensee

美國運動體適能協會

美國運動體適能協會 AFAA PFT 國際個人健身教練證照

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。30 多年來 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: 2025 / 06 / 29 ~ 2025 / 08 / 03 每週日 09:00 ~ 18:00
(共計六週 / 總時數 48H)

✓ 預定檢定日期: 2025 / 08 / 03 (日)

✓ 早鳥優惠 (即日起至 2025/06/08 止):

會員價 \$32,000

非 AFAA 會員 \$37,000

非會員 報名同時入會 \$34,500

✓ 報名費用 (2025/06/09 起):

會員價 \$34,000

非 AFAA 會員 \$39,000

非會員 報名同時入會 \$36,500

★ 2025/06/08 前報名同時入會享 34,500 元優惠價 ★

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。

報名費用不包含：通過檢定後，申請證照之認證費用\$2,000。

(教材為 AFAA 個人體能訓練:理論與實踐/定價 1,080 元)



講師介紹

許育誠 Ben Hsu



【現任】

Believe Fitness & Yoga

AFAA PFT 個人健身指導教練 – 顧問

【證照】

AFAA PFT 個人健身指導教練證照

AFAA PC 國際基本有氧教練證照

Resistance Training Specialist 國際阻力訓練專家

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

SoftX Fascia Training

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
- 付款方式：

匯款/轉帳

銀行：中國信託銀行(822) 大安分行

帳號：602-540063552

戶名：許育誠

信用卡(適用任何信用卡·持玉山銀行·台新銀行享 3 期分期 0 利率)：<https://reurl.cc/RLmQEr>

- 請於 **2025/06/20(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)

★ **2025/06/08 前報名同時入會享 34,500 元優惠價!!** ★

AFAA PFT 報名表

養成編號: PFT-453

中文姓名		身份證號碼	
英文名字 (同護照)		出生年月日	
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	服務單位	
畢業學校		職稱 / 專長	
連絡電話		行動電話	
E-MAIL			
Facebook			
通訊地址	<input type="text"/>		

1.是 AFAA 會員 早鳥價 32,000 元 34,000 元 會員編號 : AF _____

2.非 AFAA 會員同時入會(含首次入會費) 早鳥價 34,500 元 36,500 元

3.非 AFAA 會員(不加入會員) 早鳥價 37,000 元 39,000 元

4.其它備註: _____

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 : _____

信用卡(適用任何信用卡·持玉山銀行、台新銀行享 3 期分期 0 利率): <https://reurl.cc/RLmQEr>