

2020/09 桃園 PFT 國際個人健身教練 PERSONAL FITNESS TRAINER

- ✧ 想學習 [重量訓練] 技巧與方法
- ✧ 想學習 [如何健康、安全、又有效率] 的運動方式。
- ✧ 想成為 [一位健身教練(私人教練)]。
- ✧ 想取得 [國際健身教練(私人教練)證照]。
- ✧ 想躍進 [各大健身運動產業]，擁有更多機會與更棒的優勢。

【課程內容】運動科學(運動生理學、人體解剖學、運動生物力學、體適能概論、運動訓練學)、健康篩檢與風險評估、體適能評估與分析、運動處方設計與指導、重量訓練動作&指導實務、特殊族群處方設計與運動指導、傷害預防與處置、營養與體重控制、行為修正與溝通技巧、企業面向/法律問題與專業責任、取得國際證照。

【能夠學習到】如何正確健康篩檢與風險評估、實際操作體能檢測、依據體能評估數據規劃運動處方、針對特殊族群給予適當修正、能夠正確指導各項(重量訓練)運動訓練、避免運動傷害，以及順利取得國際教練認證。

【授課講師 陳銘正】

- ◎ 國立體育大學 教練研究所碩士 ◎ 24 年教育訓練經歷
- ◎ AFAA KICKBOXING 教育總監 ◎ AFAA PFT 顧問
- ◎ AFAA WT 總顧問 ◎ PBT 拳擊訓練師 總監
- ◎ AFAA Youth Fitness 兒童青少年體適能教育講師
- ◎ ACSM、NSCA、NASM、RTS 國際組織體能教練
- ◎ 國健署運動保健師(銀髮族) ◎ 國家級拳擊教練&裁判

【授課講師 王鴻彰】

- ◎ AFAA PFT 助理顧問 ◎ AFAA KICKBOXING 教練
- ◎ PBT 拳擊訓練師 ◎ CROSS CORE RBT 教練

【授課講師 李俊明】

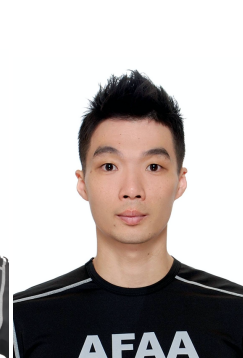
- ◎ AFAA PFT 助理顧問 ◎ PBT 拳擊訓練師
- ◎ AFAA KICKBOXING 教練 ◎ AFAA FDI 教練
- ◎ FISAF 澳洲有氧體適能聯盟國際體適能教練 ◎ Maxx MMA 拳擊品牌簽約教練



陳銘正



王鴻彰



李俊明

【開課日期】 2020 年 09 月 26 日 開課(週六) 10:00~17:00

09/26、10/17、24、10/31、11/07、14、21、28

【上課地點】 卓立運動空間(桃園市桃園區中華路 32 號 4 樓) ----- 『桃園火車站旁』

【報名費用】 (包含, 一日研習檢定考試費用 + 研習手冊 + 參考資料雜項 + 講師費 + 場地費)

- ☐ 非會員同時加入會員：NTD 37,000 元.....(一年會籍 + 養成研習 + 認證考試)
- ☐ 會員價：NTD 34,500 元..... (養成研習 + 認證考試)
- ※ 早鳥優惠：☐ 08/31 前報名折扣 2,000 元。 ☐ 09/14 前報名折扣 1,000 元。
- ※ 學生優惠：☐ 目前在學，並持有有效之學生證報名可優惠折扣 2,000 元。
- ※ 團報優惠：☐ 2 人以上同時報名，每人可優惠折扣 2,000 元。

【請注意：以上各項優惠方案無法合併使用辦理】

【報名方式】 請填妥報名表寄至 chen719@ms27.hinet.net 然後進行匯款

戶名：陳銘正 銀行：中國信託(822) 帳號：901-535-851-506

諮詢專線：0917757839 陳教官；0981134136 王教官；0913318653 李教官

LINE 帳號：0917757839



2020/09 桃園 PFT 國際個人健身教練 PERSONAL FITNESS TRAINER

~ 報名表 ~

● 基本資料

報名日期：_____

中文姓名		英文姓名		E-mail	
身分證字號		出生年月日		聯絡電話	
公司名稱		職稱		畢業學校	
專長/授課項目		T 恤尺寸		LINE ID	
聯絡地址					
匯款資訊	匯款日期：_____ 匯款金額：_____ 帳號後四碼：_____				
報名種類	【開課日期】 2020 年 09 月 26 日 開課(週六) 10:00~17:00 09/26、10/17、24、10/31、11/07、14、21、28 【上課地點】 卓立運動空間(桃園市桃園區中華路 32 號 4 樓) ----- 『桃園火車站旁』 【報名費用】 (包含, 一日研習檢定考試費用 + 研習手冊 + 參考資料雜項 + 講師費 + 場地費) ☐ 非會員同時加入會員：NTD 37,000 元.....(一年會籍 + 養成研習 + 認證考試) ☐ 會員價：NTD 34,500 元..... (養成研習 + 認證考試) ※ 早鳥優惠：☐ 08/31 前報名折扣 2,000 元。 ☐ 09/14 前報名折扣 1,000 元。 ※ 學生優惠：☐ 目前在學，並持有有效之學生證報名可優惠折扣 2,000 元。 ※ 團報優惠：☐ 2 人以上同時報名，每人可優惠折扣 2,000 元。 【請注意：以上各項優惠方案無法合併使用辦理】 【報名方式】 請填妥報名表寄至 chen719@ms27.hinet.net 然後進行匯款 戶名：陳銘正 銀行：中國信託(822) 帳號：901-535-851-506 諮詢專線：0917757839 陳教官；0981134136 王教官；0913318653 李教官 LINE 帳號：0917757839				

