



# AFAA 養成班 報名簡章

Certification training

培訓教官：邱智湧 Brian Chiu 教官



## 講師簡介

| INSTRUCTORS



AFAA™

International  
Licensee



培訓職官

AFAA WT  
教育總監



證照

7年養成班培訓經驗

AFAA美國運動體適能  
WT國際重量訓練證照  
AFAA美國運動體適能  
PFT個人健身教練證照  
AFAA美國運動體適能  
GEI團體運動教練證照  
AFAA美國運動體適  
能孕婦有氧合格證照



經歷

18年健身產業經歷

新創智慧健身總經理  
超體能中心教育訓練協理  
加州健身中心私人教練部經理  
世界健身健身中心教練部副理  
加州健身中心私人教練  
世界健身中心私人教練  
全真健身中心私人教練  
統一健身俱樂部私人教練

# AFAA簡介

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：

## INTRODUCTION



International  
Licensee

- AFAA是由國際健身認證機構IHRSA 2005年推薦
- AFAA的認證考試由「美國健身測試委員會」National Fitness Testing Council ( NFTC ) 統籌管理。
- AFAA的理論與實技考試內容受「美國生命研究會」Vital Research認可。
- AFAA與「美國健身考試委員會」National Board of Fitness Examiners (NBFE) 結為聯盟。
- AFAA是「美國國家能力認證組織」National Organization for Competency Assurance的一員。
- AFAA的遠程教育中心(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。



# 報名對象

ETHNIC GROUPS

適合報名之對象：

1. 大專院校相關科系
2. 健身中心私人教練
3. 想更換工作型態者
4. 對私人教練興趣者
5. 培養第二專長意願

AFAA™

International  
Licensee



## 課程資訊

### AFAA體適能重訓教練養成班/

時間：每週日 10:00~19:00  
(12:00~13:00午餐時間)

地點：  
新北市中和區宜安路182號  
(新創智慧健身)  
(永安市場捷運站旁8分鐘)

上課期間(共48小時)

2020年

2/23 10:00~19:00

3/01 10:00~19:00

3/08 10:00~19:00

3/15 10:00~19:00

3/22 10:00~19:00

3/29 10:00~19:00

## 課 程 內 容

2020年02月23日  
(8小時)

學科

□AFAA簡介 & AFAA5Q、人體解剖學應用-骨骼/肌肉/關節/神經/呼吸  
術科

□運動面/關節活動、上半身徒手肌力訓練

2020年03月01日  
(8小時)

學科 □運動生理學、生物力學

術科 □基本姿勢運用、徒手肌力訓練(下半身)

2020年03月08日  
(8小時)

實務分析

□健身中心市場分析與私人教練薪資分析

術科

□實務健身運動器材運用教學與技巧, 示範、說明、示範

2020年03月15日  
(8小時)

學科

□肌能訓練、抗阻訓練效果、訓練課程計畫與訓練系統

□基礎營養學與身體組成、傷害預防與安全性

術科

□徒手肌力訓練上、下半身、示範、說明、示範

2020年03月22日  
(8小時)

□模擬考-學科(總複習) □模擬考-術科(總複習) □總檢討

2020年03月29日  
(8小時)

□模擬考-學科(總複習) □模擬考-術科(總複習) □總檢討

## 費用 TUITION

ATM轉帳或臨櫃匯款-  
銀行/ 台灣中小企銀 (代號050)

戶名：邱智湧

帳號/ 050-621-82034

\*匯完款後請將轉帳的金融卡末5碼傳送訊息或來電告知教官

### 繳款方式

報名費用包含：執照認證檢定考試費、登錄費、第1年會費、  
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、通過檢定後另有申請證照費用。

### 注意事項

1. 邱智湧教官 0960-266-566
2. LINE ID： moggymys
3. E-mail/ moggymys@yahoo.com.tw

### 聯絡教官

## 培訓費用

1.已是AFAA會員: \$31,500 元

2.非 會 員: \$36,500元

3.報名與加入會員: \$34,500元

優惠早鳥價32,500元(2020年02/06日截止)

# 報名表

REGISTRATION FORM

## 美國運動體適能協會 台灣分會 - 國際重量訓練教練養成報名表

|                                                                                             |             |                             |               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------|---------------|
| 姓 名                                                                                         | 行 動 電 話     | 地 址 ( 郵 遞 區 號 )             | 護 照 英 姓 名     |
|                                                                                             |             | □□□                         |               |
| 性 別                                                                                         | 出 生 日 期     | 身 分 證 (非 本 國 人 可 填 護 照 號 碼) | 服 務 單 位       |
|                                                                                             |             |                             |               |
| 連 絡 電 話 (O)                                                                                 | 連 絡 電 話 (H) | E-MAIL                      | 其 他 或 相 關 專 長 |
|                                                                                             |             |                             |               |
| 填 寫 完 畢 請 將 報 名 表 E-Mail 至 <a href="mailto:moggymys@yahoo.com.tw">moggymys@yahoo.com.tw</a> |             |                             |               |
| <input type="checkbox"/> 非 會 員 \$36,500                                                     |             |                             |               |
| <input type="checkbox"/> 已 是 會 員 \$31,500                                                   |             |                             |               |
| <input type="checkbox"/> 同 時 加 入 \$34,500 *若目前不是AFAA美國運動體適能協會的會員,請勾選此處*                     |             |                             |               |
| <input type="checkbox"/> 早 鳥 優 惠 同 時 加 入 \$32,500 (2020/02/06日前)                            |             |                             |               |