

# aasfp PRO

## 第3班



### 生物力學方法為本 矯正運動專家國際證書 Corrective Exercise Specialist (TBMM-CES)

aasfp

CEUs 1.8

TBMM-CES 授權頒發以下學分

ACE 8.0 CEUs、ACSM 80.0 CEUs、NSCA 2.0 CEUs、ISSA 20 CEUs、NASM 1.9 CEUs

#### 課程簡介

課程由美國IDEAFIT星級講師及The BioMechanics Methods®創辦人 Justin Price 所創立，Justin 已於全球教授海量的私人教練及治療師，運用生物力學的原理，為有運動鏈及功能動作失調的客戶設計及教授能有效矯正身體問題的運動，並通過其官方網站的指定考試，成為國際認可的矯正運動專家。

**此課程是全球獲最高評價及認可之一的課程，畢業的矯正運動專家來自超過70多個國家。**

#### 課程同時提供

- 網上教材及教學影片 (英文版)
- 近200個矯正運動示範影片 (英文版)
- The BioMechanics Methods® 的官方網上考試
- 30小時 (面授及影片) 廣東話教授

學 完成此課程後，學員能：

- 習 ● 分析多種功能動作及跑姿
- 目 ● 評估客人的運動鏈及功能失調，例如靈活性，穩定性及姿勢和動作控制
- 標 ● 了解及示範數以百計的矯正運動
- 設計及選取合適運動方法，並教授客人達至矯正運動鏈失調的功效

- 單元一：結構評估及分析 (3小時面授 + 3小時短片) \*
  - 單元二：肌肉及動作進階理論及實踐動作分析 (9小時面授)
  - 單元三：矯正運動基礎概念及學習 (3小時) \*
  - 單元四：全方位矯正運動庫建構 (9小時)
  - 單元五：矯正運動方案設計及專題個案研究與分析 (3小時)
- \*單元一及三，高級私人體適能教練可獲豁免**



日期

日期：2024年10月24, 31日, 11月7, 14, 21, 28日, 12月5, 12, 19日 (四)

時間：7:00p.m. - 10:00p.m.

\*\* 持AASFP APT 證書可豁免10月24, 31日課堂



課程費用

團體報名(3人或以上)：HK\$7,980

正價：HK\$8,700 舊生會價：HK\$8,500

2024年10月3日前報名可享HK\$100早鳥優惠

(持有高級私人體適能教練證書，可獲回贈HK\$1,000)

導師

石景逸 Stone SHEK

THEi 運動及康樂管理社會科學學士  
(運動治療)

英國註冊運動治療師  
香港精英田徑運動員體能教練及治療師



2578 9877  
www.aasfp.com

AASFP  
5543 3050 aasfp@aasfp.com  
香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室

aasfp SINCE 1992