




# EMS電療肌肉刺激及 復康技巧工作坊 (上下肢)

Electrotherapy Muscular Simulation and  
Rehabilitation Techniques (Upper and Lower Limbs)

 工作坊以英文配廣東話實時翻譯授課

**CEUs 0.2**  
AASFP

此3小時工作坊專為體適能教練、運動教練而設，由遠赴香港的西班牙註冊物理治療師 Ignasi Rosa 教授如何運用電療針對個別肌肉群進行訓練及進行復康，以提升運動表現及運動傷害預防。完成工作坊後學員可以有效配合相關科技，拓展教練服務範疇。

## 單元:

- 1 上肢肌肉訓練和復康
- 2 肩膊旋轉肌肉群 (Rotator-Cuff) 與網球肘 (Tennis Elbow)
- 3 下肢肌肉訓練和復康
- 4 前十字韌帶復康 與 四頭肌 (Quadriceps) 及 膕繩肌 (Hamstrings) 肌力強化
- 5 提升血液循環以改善阿基里斯腱肌腱炎



日期：2025年2月28日 (五)

時間：7:00p.m.-10:00p.m.

地點：aasfp

協辦： 保利安公司  
Health Care & Co.  COMPEX<sup>®</sup>  
wholly owned by Humana Medical Ltd



舊生會價：HK\$ 500

三人同行價：HK\$ 600

正價：HK\$ 900

導師：

**Mr. Ignasi Rosa**

西班牙註冊物理治療師

專業運動員隨隊物理治療師

Garbiñe Muguruza, 2 time GS Winner -  
1st WTA Ranking & Thiago Alcántara, Bayern Munich

高端復康診所營運者

 **2578 9877**  
[www.aasfp.com](http://www.aasfp.com)

  AASFP  
 5543 3050  [aasfp@aasfp.com](mailto:aasfp@aasfp.com)  
 香港鰂魚涌英皇道1065號東達中心16樓1603室

**aasfp**   
SINCE 1992