

SPORTS & FITNESS TRAINING FOUNDATION CERTIFICATION

運動及體能訓練基礎證書

課程簡介

隨着香港運動員近年屢創佳績，本地體育及運動風氣變得熾熱。鑒於各運動隊伍、學校、體康及社福機構對體能教練的需求日益增加，本機構與運動社會企業公司（One Plus Wellness Ltd.）及香港樹仁大學聯辦此證書課程。教授運動科學理論、訓練原則、課程設計及訓練法，以培訓專業的體能教練。



課程導師



王君萍
Epsilon Wong



何永鏗
Hugo Ho

課程結構

基礎人體運動科學
基本核心肌肉訓練概要
運動及體能訓練課堂設計

修讀日期

2022年7月24,30,31日
上午九時至下午六時

考試日期

2022年8月7日
上午十時至下午三時

上課地點

香港樹仁大學研究院綜合大樓
高座103室

課程費用

港幣 2800

授課語言

粵語授課，中文教材

考試地點

銅鑼灣勿地臣街八號四樓
One Plus Wellness Ltd

報名方法：



SCAN ME

入學條件

中五/DSE畢業/
具同等資歷或相關經驗

由樹仁大學頒發證書

- 學員上課出席率達70%或以上，將獲頒發「聽講證書」。
- 學員上課出席率達70%以上，並於考試取得合格成績，將頒發「結業證書」。

聯絡我們

Facebook : <http://www.facebook.com/epfitpro/>

Email: sc_epfitpro@hksyu.edu

Tel: 5402-2622