



國際康體專才培訓學院 (新加坡和香港)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練協會 (GFTA)

Group Fitness Training Association

Senior Fitness Instructor Certification

長者健體導師證書課程

課程內容：隨着香港人口逐漸老化，長者健康問題成為討論焦點。為提高長者生活質素及應付市場需要，本學院最近開展了專為長者及其照顧者而設的「長者專題學習課程」由具有老人服務經驗的註冊物理治療師以及資深太極導師主講及授課。透過講課，討論，示範 / 實習向各準導師講解老人運動訓練須知，指導長者正確進行強身健體活動、剖析長者的心理和生理特徵，並教授有關長者健體導師應具備的運動科學知識及理論，學員並可在專業導師指導下，教授策劃、設計及帶領長者健體班的技巧。完成此課程後，各學員均會對教授長者運動有全面之認識。

本課程針對長者的生理變化、運動模式、常見健康問題、運動技巧特點及運動處方設計等課題，使教練對長者健體有正確的概念及態度。

課程結構：

- ✧ 了解老人跌倒問題
- ✧ 長者身體結構及隨年紀之變化
- ✧ 長者運動處方 (心肺 / 帶氧運動)
- ✧ 長者的阻力訓練 / 伸展運動
- ✧ 平衡運動
- ✧ 長者的生活質素
- ✧ 長者飲食處方
- ✧ 太極的益處
- ✧ 長者防跌太極十式



國際證書：符合下列要求的學員將獲 國際康體專才培訓學院 **IPTFA**

頒發「長者健體導師證書」：

- 學員須出席全部課程，考試及格方可結業。
- 考試中理論課程獲得 70%合格成績。

學費：\$ 4,100

課程學時：共 27 小時



國際認可及支持機構：Recognized & Supported Organizations:





國際康體專才培訓學院 (新加坡和香港)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練協會 (GFTA)

Group Fitness Training Association

進修階梯 Study Pathway for Fitness

畢業學員可以申請報讀 IPTFA 各類型之專業體適能國際證書課程，包括銀級國際高級私人康體教練課程、功能訓練教練課程、營養及健康纖體導師課程、長者健體導師課程、綜合健康舞導師課程、Funky Aerobic 教練國際課程、國際普拉提席上導師(一級)課程和健體泰拳導師課程等...還有與嶺南大學持續進修學院合辦 - 兒童發展文憑課程。

The University of Newcastle (UNC)

International Executive Master of Business Administration (IEMBA)

海外銜接大學學士學位課程

本學院畢業生如符合海外夥伴銜接大學的入學條件，可於一至三年內取得學士學位。

嶺南大學持續進修學院 / 國際康體專才培訓學院文憑課程

感覺統合訓練導師文憑
Dip in Sensory Integration Instructor

或
or

早期教育遊戲導師文憑
Dip in Early Childhood Education & Playgroup tutoring

兒童發展文憑
Dip in Child Development

或
or

健體私人教練
Dip in Fitness Personal Trainer

國際康體專才培訓學院 專業文憑課程

運動管理專業文憑課程
Professional Diploma in Sport Management (PDSM)

認可機構：英國劍橋管理學院

感覺統合訓練(三級)證書
Sensory Integration (Level 3) Cert Course

感覺統合訓練(二級)證書
Sensory Integration (Level 2) Cert Course

感覺統合訓練(一級)證書
Sensory Integration (Level 1) Cert Course

國際康體專才培訓學院 高級證書課程

銀級國際高級專業私人教練

高級營養飲食顧問

伸展治療師

各類運動及健體(二級)

持有相關機構發出之學科證書人士可申請報讀

國際康體專才培訓學院 各類證書課程

銅級國際專業康體私人教練

國際瑜伽導師(一級)

兒童健體導師

功能訓練教練

長者健體導師

專項運動創傷及康復

應用營養及體重管理

綜合動感單車導師

水中健體導師

健體泰拳教練

年滿十七歲

高中畢業生

毅進畢業生

基礎證書人士

有志投身健體行業人士



國際認可及支持機構：Recognized & Supported Organizations:





國際康體專才培訓學院 (新加坡和香港)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練協會 (GFTA)

Group Fitness Training Association

**香港及亞洲 45 個國家政府認可學院
世界頂級的健體和體適能教育機構**



Better World School

長者健體導師證書課程 申請資格：

入學資格	凡年滿十七歲或以上
導師資歷	註冊物理治療師、香港國術太極拳協會資深導師、IPTFA 課程導師
授課語言	課程主要以中文授課 (輔加部份英語筆記)
課程學時	共 27 小時
收生人數	最多 20 人 (優先報名為原則)
課程費用	HK\$ 4,100 三星期提前報名優惠 \$ 100
重考費用	筆試、實習試重考或補考費 HK\$ 300 (加一堂補課) 60 分以下者需重新修讀課程
截止日期	開課前三個工作天 (IPTFA 保留取消課程或更改課程時間之權利)
上課地點	國際康體專才培訓學院
報名手續	參加者請填妥報名表格 (報名表格可自行影印) 連同回郵信封及劃線支票 (抬頭祈付國際康體專才培訓學院或 INTERNATIONAL PERSONAL TRAINERS & FITNESS ACADEMY) 寄往：旺角運動場道 21-27 號運泰大廈 2 樓 C 室，綜合健體訓練協會(GFTA)。
查詢	詳情可致電：2345 6286 傳真：2345 1236 電子郵件： info@iptfa.com 網頁： www.iptfa.com
上課情況	1. 當天文台發出一號或三號颱風訊號、黃色或紅色暴雨警報，將照常上課。 2. 當天文台發出八號或以上颱風訊號、或黑色暴雨警報，該日之課程將取消，學院將另行通知補課之日期、時間及地點。
延續學份	6 CEU 學分
退款政策	除了本學院取消課程外，其他情況概不退回已繳學費

國際認可及支持機構：Recognized & Supported Organizations:





國際康體專才培訓學院 (新加坡和香港)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練協會 (GFTA)

Group Fitness Training Association

課程報名表 ENROLLMENT FORM

Course Code (課程編號)	Course Name (課程名稱): 長者健體導師證書課程
--------------------	-----------------------------------

相片
Photo

申請人數據 Personal Information

Name (姓名)	English (英文)		Chinese(中文)	
Date of Birth (生日)	mm/dd/yy (月/日/西元年)		Identify ID./ Passport No. (身份證字型大小/護照號碼)	
Sex (性別)		Age (年齡)		Occupation (職業)
Address (地址)				
Tel No. (聯絡電話)	Day-time (日間)		Night-time (晚間)	
Mobil (行動電話)		E-mail(電郵地址)		
Related work experiences and current certificates (有關工作經驗及證書):				

Information Source (從那裡得知本學院課程) ☐ 網頁 ☐ 朋友介紹 ☐ 郵寄 ☐ 其他,請列明:_____

All the personal data will keep confidential and will only be used in the application procedure of the events organized by our Academy. For any change of your personal data, please contact IPTFA.

所提供的資料只用於本學院的康體活動報名事宜及活動之用。在遞交表格後如欲更改或查詢你申報的資料,可與本學院職員聯絡。繳費方法;可親臨學院繳交現金、郵寄支票(抬頭:國際康體專才培訓學院)或存入學院戶口(上海商業銀行:33782-05697-8;中國銀行:012-698-0-000764-4)

Declaration

I, _____, declare that all the personal data are true and correct. I am aware that my participation in the International Personal Trainers & Fitness Academy event(s) exposes me to a risk of personal injury and I agree to hold harmless International Personal Trainers & Fitness Academy, their Directors, employees and subsidiaries, the presenters and all the event staff from any and all liability arising from this course including, but not limited to, muscle strains, tears, pulls, broken bones, death and any and all illness, ailments or loss of personal property.

I understand the risks arising from the participation of this course and attest that I am in sound physical condition. I also understand that I may be videotaped, audiotaped and photographed during the course and International Personal Trainers & Fitness Academy may use my images for any and all uses without my prior consent. I further agree to all conditions of registration, including but not limited to, the no refund policy.

聲明

本人, _____, 謹此聲明在本表格內所提供之資料皆正確無誤,並擁有良好健康狀況及在參加課程活動時如有任何特殊情況出現(如肌肉扭傷、撕裂、拉傷、骨折、意外、死亡、其他疾病或遺失私人財物等),國際康體專才培訓學院及其董事、員工及所有工作人員均無需負上任何法律或金錢責任,本人更同意國際康體專才培訓學院可保留更改課程活動之日期、時間、內容錄影、錄音及拍攝等權利。

本人謹此同意及明白章程所列之內容和條款及願意遵從。

Signature 申請人簽署: _____ Date 日期: _____

以下只供本學院使用 For Official Use Only

Amount (金額): _____	Received Date(日期): _____
☐ Cash 現金 ☐ Cheque 支(匯)票 _____	Bank 銀行 _____
Issued by (經手人): _____	Refer to: (介紹人): _____

國際認可及支持機構: Recognized & Supported Organizations:

