



# 國際康體專才培訓學院(新加坡及香港)

International Personal Trainers & Fitness Academy

始創於 1959 年新加坡。Founded since 1959 in Singapore  
運動訓練學院 IES Registration No. 166/A-1/2021



## YOGA Instructor (Level Two) Certification

### 國際瑜伽導師(二級)證書課程

**課程內容：**本課程由「IPTFA 瑜伽教育部門」研發專為導師而設置之專業證書課程，課程由國際知名資深導師 **Mr. Yogiraj Vipul** (印度) 及 **Mr. Kawal Yogi** (印度) 編寫。並切合香港正念瑜伽學會課程增編而成，教學導師由瑜伽課程總監 **Kenneth Wong** & 綜合團操課程總監 **Queenie Yeung** 擔任，2人擁有多個 **瑜伽導師 / 禪定導師 / 治療師 / 東方宗教學學位及 20 年修習及教學經驗**。內容分三大部份 (1. 歷史與哲學 2. 體位法分析與訓練 3. 教學法)以 50 小時課程及 10 小時教學實習經考核後可獲發證書。



**目標：**培育具有瑜伽士氣質，能通達傳統，放眼現代之瑜伽導師。讓每位學習瑜伽者都能提升生命素質，促使身心健康快樂，使生命更具有價值。

#### 課程結構分三部份：

##### 第一部：深入認識瑜伽

- ◇ 瑜伽精神及歷史(Part B)
- ◇ 運動療傷學、瑜伽飲食養生學
- ◇ 印度瑜伽哲學及理論與導讀

##### 第二部：練習瑜伽

- ◇ 體位法 (掌握 35 個 3-4 星級常用動作)
- ◇ 綜合練習及應用
- ◇ 冥想練習 (手印，梵音運用)

##### 第三部：教學法

(如何教導瑜伽、設備運用)

- ◇ 建立專業形象
- ◇ 攝引心意集中並進行良好的課程
- ◇ 建立受歡迎的瑜伽導師氣質
- ◇ 呼吸法/深層放鬆及冥想教學

**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「國際瑜二級導師證書」：

- 出席率達 80%或以上
- 考試中理論與實習課程獲得 70%合格成績
- 考試合格後需作 10 小時教練實習。

**學費：** \$ 8,600

**課程學時：** 共 50 小時



國際認可及支持機構：International Cooperation by:





# 國際康體專才培訓學院(新加坡及香港)

International Personal Trainers & Fitness Academy

始創於 1959 年新加坡。Founded since 1959 in Singapore  
運動訓練學院 IES Registration No. 166/A-1/2021



## 編寫課程導師履歷



### 瑜伽課程顧問 -Mr. Yogiraj Vipul (印度)

- ◇ 瑜伽哲學碩士
- ◇ 梵文碩士
- ◇ 世界著名的瑜伽學院和位於哈裡瓦的康爾大學致力於通過瑜伽進行世界和平的研究工作（博士學位）



### 瑜伽課程顧問 -Mr. Kawal Yogi (印度)

- ◇ 國際級瑜伽上師
- ◇ 瑜伽博士學位
- ◇ 醫師專業資格證書(官方證明)
- ◇ 國際瑜伽大師賽評判委員會成員

### 瑜伽課程總監 -Kenneth Wong (黃耀光)

- ◇ 18 年瑜伽修習/10 年瑜伽及禪定導師
- ◇ 曾師隨 Swami Veda Bharati 等多位瑜伽大師學習
- ◇ 香港正念瑜伽學會 會長
- ◇ Hatha & Mindful Yoga 導師
- ◇ 香港大學家庭研究院瑜伽導師
- ◇ 香港內觀智慧禪學會會長及首席 Vipassana Meditation 導師
- ◇ 美國麻省醫學院 Mindfulness-Based Stress Reduction (專注察覺減壓課程)導師
- ◇ 身心治療師/註冊催眠治療師



國際認可及支持機構：International Cooperation by:





# 國際康體專才培訓學院(新加坡及香港)

## International Personal Trainers & Fitness Academy

始創於 1959 年新加坡。Founded since 1959 in Singapore  
運動訓練學院 IES Registration No. 166/A-1/2021



### 瑜伽進修階梯 Study Pathway for YOGA

#### 國際康體專才培訓學院 文憑課程

瑜伽導師專業文憑課程  
Professional Diploma in  
YOGA Teacher

專業導師證書課程  
Professional Teacher  
Certificate Course 24/hr

IPTFA 國際康體  
專才培訓學院  
之註冊導師

或  
瑜伽導師文憑課程  
IPTFA Diploma in Yoga Instructor

或  
皇者瑜珈文憑課程  
IPTFA Diploma in Raja Yoga

#### (進修課程六選三修讀)

力量瑜伽導師  
Power Yoga Instructor

孕婦瑜珈教練  
Prenatal Yoga Instructor

雙人瑜珈導師  
Partner Yoga Instructor

正念瑜珈導師  
Mindful Yoga Instructor

瑜珈普拉提導師  
YogaPilates Instructor

國際普拉提席上(一級)導師  
Pilates Matwork Instructor (Level I)

200小時瑜伽導師課程  
200hr Yoga Teacher  
Programme

國際瑜伽導師 (三級)  
Int YOGA Instructor  
(Level Three)

或  
空中瑜伽導師 (三級)  
Aerial Yoga Instructor  
(Level Three)

國際瑜伽導師 (二級)  
Int YOGA Instructor  
(Level Two)

或  
空中瑜伽導師 (二級)  
Aerial Yoga Instructor  
(Level Two)

國際瑜伽導師 (一級)  
Int YOGA Instructor  
(Level One)

或  
空中瑜伽導師 (一級)  
Aerial Yoga Instructor  
(Level One)



- 各大專院校的持續進修課程(運動與健體科目)
- 持有各瑜伽機構導師證書認可資格(提供相關科目括免)  
Been study sport or fitness continuing education course in any Tertiary Institutions
- 持有 City & Guilds 專業瑜伽運動與健身教練培訓認可資格 (提供相關科目括免)  
Holding C&G Professional Yoga Exercise & Fitness Instructor Training qualification
- 持有其他機構初級瑜伽教練證書資格之人士 (需要經本學院審閱資格才可報讀)  
Other organizations qualifications of Foundation Yoga certificate ( Needs to pass this institute to scrutinize the qualifications only then to be possible to report reads )
- 十七歲以上對瑜伽有興趣之人仕  
Age 17 or above

國際認可及支持機構：International Cooperation by:





# 國際康體專才培訓學院(新加坡及香港)

International Personal Trainers & Fitness Academy

始創於 1959 年新加坡。Founded since 1959 in Singapore

運動訓練學院 IES Registration No. 166/A-1/2021



亞洲最大體適能培訓學府及康體內容供應商  
Asia's Largest Fitness Trainers Academy and Sports Content Provider

## 國際瑜伽導師(二級)證書課程 申請資格：

入學資格	持有本機構發出之瑜伽導師(一級)證書及具有 50 小時助教或以上經驗、持有其他初級瑜伽班導師證書及各類運動 / 舞蹈教練資格認可者及具有 50 小時瑜伽助教或以上經驗、各種身心靈提升專業及治療師
導師資歷	瑜伽課程總監 Kenneth Wong & 綜合團操課程總監 Quennie Yeung、資深瑜伽課程導師
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 50 小時
收生人數	最多 10 人 (優先報名為原則)
課程費用	HK\$ 8,600 三星期提前報名優惠 \$ 200
重考費用	筆試重考、實習試或補考費 HK\$ 500 (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 - 教育中心
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，國際康體專才培訓學院。
查詢	詳情可致電：2345 6286 傳真：2345 1236 電子郵件： <a href="mailto:info@iptfa.com">info@iptfa.com</a> 網頁： <a href="http://www.iptfa.com">www.iptfa.com</a>
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	8.3 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：International Cooperation by:





# 國際康體專才培訓學院(新加坡及香港)

## International Personal Trainers & Fitness Academy

始創於 1959 年新加坡。Founded since 1959 in Singapore  
運動訓練學院 IES Registration No. 166/A-1/2021



### 課程報名表 ENROLLMENT FORM

Course Code (課程編號)	Course Name (課程名稱): <b>國際瑜伽導師(二級)證書課程 (YOGA – LV2)</b>
--------------------	---

### 申請人資料 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)		
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):		

穿著 T 恤尺寸:  XS  S  M  L  XL  XXL  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；**轉數快**：164613515  
**恆生銀行**：369-488143-883 **轉數快**：107214223 **公司名稱**：INTL PT & FA (HK) LTD T/A INTL PT & FA

### Declaration 聲明

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

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): _____
<input type="checkbox"/> Cash 現金 <input type="checkbox"/> Cheque 支(匯)票 _____	Bank 銀行 _____
Issued by (經手人): _____	Refer to: (介紹人): _____

