



# 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

阿雷斯體育及管理教育中心 ASMEC Registration No. 581810



## Yoga Wheel Teacher (LV 1) Certification

### 瑜伽輪導師(一級)證書課程

**課程簡介：**18 小時瑜伽輪導師(一級)培訓適合任何具有一定瑜伽經驗的瑜伽老師或瑜伽練習者。瑜伽輪的課堂除了幫助學生開展胸腔、進入後彎外，利用輪上平衡練習，強化核心、提升力量，協助身體掌控穩定與進行多面向的動作練習。參與者將會學習不同的瑜伽式子、如何設計瑜伽課堂流程以及如何處理各種課堂中可能出現的教學狀況。老師將以深入淺出的方法教導大家相關的竅門。

**備註：**懷孕、頸椎傷患、心血管問題、三個月內視力手術等患者，請先與醫生諮詢專業意見是否適合參加是次課程。

#### 課程內容：

- ◇ 滾輪瑜伽體式練習及串連 Level 1 Sequence
- ◇ 瑜伽輪歷史及理論
- ◇ 功能性切入點去理解滾輪瑜伽的練習
- ◇ 脊椎骨骼結構與瑜伽輪
- ◇ 瑜伽輪於理療瑜伽 Shoulders + Basic Sequence
- ◇ 前彎之應用 Forward Fold Sequence
- ◇ 後彎之應用、Backbend Sequence
- ◇ 扭旋之應用 Twisting Sequence
- ◇ 瑜伽輪動作分析、課堂設計及教學
- ◇ 安全意識及協助方法



**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「**瑜伽輪導師(一級)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

**學費：**港幣\$3,800

**課程學時：**共 18 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

阿雷斯體育及管理教育中心 ASMEC Registration No. 581810



### 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

## 瑜伽輪導師(一級) 證書課程 申請資格：

入學資格	凡年滿十七歲或以上、有興趣深入瞭解及學習瑜伽之人仕
導師資歷	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 18 小時
收生人數	最多 20 人 (優先報名為原則)
課程費用	港幣 HK\$ 3,800
重考費用	筆試重考、實習試或補考費港幣 HK \$ 300 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。 轉數快: 164613515 公司名稱: INTL PT & FA (HK) LTD T/A INTL PT & FA
查詢	詳情可致電: 2345 6286      WhatsApp's: 9768 3881 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. 當天文臺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. 當天文臺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	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

阿雷斯體育及管理教育中心 ASMEC Registration No. 581810



### 課程報名表 ENROLLMENT FORM

Course Code (課程編號)	Course Name (課程名稱): <b>瑜伽輪導師(一級) 證書課程</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): \_\_\_\_\_

Cash 現金  Cheque 支(匯)票 \_\_\_\_\_

Issued by (經手人): \_\_\_\_\_

Received Date(日期): \_\_\_\_\_

Bank 銀行 \_\_\_\_\_

Refer to: (介紹人): \_\_\_\_\_

