



國際康體專才培訓學院 (IPTFA)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練學院(GFTA)

Group Fitness Training Academy

Elderly Functional Trainer Certification

長者功能訓練教練證書課程

課程介紹：隨著社會的進步和生活水平的提升，長者對健康生活的需求日益增長。功能訓練，作為一種新興的康體運動方式，因其豐富的變化和靈活有趣的訓練模式，受到了大眾的廣泛喜愛。本課程旨在為從事或有意從事長者康體工作的人士提供系統化的功能訓練知識和技能培訓，以幫助長者提升身體功能，享受更高質量的晚年生活。

課程特色：本課程將圍繞健康生活基礎理論、適合長者的體育活動、功能訓練技巧、心理情緒調適及社交需求等多個方面進行深入探討。課程將重點介紹功能訓練的概念、目標和實操技巧，並通過現場演示和實操練習，讓學員熟練掌握各種訓練器具的選擇和使用方法。此外，課程還將關注長者的心理與情緒健康，提供應對壓力和負面情緒的有效策略，並探討心理健康對功能訓練的重要影響

課程結構：

- 健康生活基礎理論與原則
- 適合長者的體育活動及其好處
- 功能訓練的概念和目標
- 訓練器具的選擇和使用技巧
- 綜合訓練原理（中心穩定下的強化運動）
- 長者心理與情緒健康的常見問題
- 應對壓力和負面情緒的技巧
- 長者社交需求和重要性



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「長者功能訓練教練證書」：

- 出席率達 75%或以上
- 考試中理論課程及實習課程獲得 70%合格成績。

*畢業學員可自費 (RMB \$1,800) 申請由國家高校畢業生就業協會核心能力分會 (CVCC) 頒發《初級-長者功能訓練教練》職業核心能力證書。

學費： \$ 4,200

課程學時： 共 24 小時

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





國際康體專才培訓學院 (IPTFA)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練學院 (GFTA)

Group Fitness Training Academy

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

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、資深私人教練
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 24 小時
收生人數	最多 18 人 (優先報名為原則)
課程費用	HK\$ 4,200
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
全國核心能力認證	考核合格者，可申請由國家高校畢業生就業協會核心能力分會 (CVCC) 簽發《初級-長者功能訓練教練》職業技能證書。檢定費用：RMB 1,800
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	IPTFA Education Centre
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：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	4 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 (IPTFA)

International Personal Trainer & Fitness Academy



綜合健體訓練學院(GFTA)

Group Fitness Training Academy

課程報名表 ENROLLMENT FORM

Course Code (課程編號)	Course Name (課程名稱): 長者功能訓練教練證書課程
--------------------	-------------------------------------

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): _____
 Cash 現金 Cheque 支(匯)票 _____ Bank 銀行 _____
 Issued by (經手人): _____ Refer to: (介紹人): _____

