

盲目的運動
 「不如擁有一身專業知識」
 專業普及化
 「你我皆可擁有國際證照」



IHFI 體適能指導員證照課程：

本課程適合一般想增進運動及體適能知識之民眾，或有意從事體適能相關行業之人士而設。完成課程及考試合格者 可獲 國際康體專業學院 頒發 **IHFI 體適能指導員證照**！

課程內容包括「學科」課程 與「術科」課程：

體適能理論	人體運動力學	基礎人體解剖學
基礎運動生理學	營養學	運動創傷及防護
體適能訓練方法	阻力訓練原理、技巧及指導	有氧運動訓練原理、技巧及指導
柔軟度訓練原理、技巧及指導	健體場地設備及器材認識	健身室安全使用守則

(課程共 32 小時)

地點：台北市大安運動中心

課程日期：2016 年 01 月 23、24、30 及 31 日

課程時間：09:00 – 13:00；14:00 – 18:00

考試日期：學科 2016 年 01 月 31 日、術科 2016 年 02 月 06 日(暫定)

費用：

1. 一般 NT\$8,000 元 學生：NT\$7,000 元【含 32 小時課程、講義、場地費費】)
另加 NT\$3,500 元 (證照考試費及證照登入費)
2. 考試認證：NT\$4,000 元、學生優惠：NT\$3,500 元【不含 32 小時課程、含講義、考試場地費】
另加 NT\$3,500 元 (證照考試費及證照登入費)

申請資格

凡年滿 16 歲以上，對運動或體適能有興趣者歡迎參加。

報名事項：

1. 連絡電話：0970-333-999 周瑞祥先生；E-mail：ihfitaiwan@yahoo.com.tw
2. 活動前七日或額滿報名截止，如人數不足，課程取消或延後將另行通知。
3. 填寫資料表格寄 E-mail 主旨請註明 “IHFI 體適能指導員證照課程報名”。
4. 未完成付費或預付訂金將視同報名無效。

付費辦法：

- 報名後將電話確認，並通知匯款或 ATM 轉帳、可預付訂金 3,000 元整。
- 華南銀行 銀行代號:008 忠孝分行 帳號: 120-20-052686-1 戶名:「周瑞祥」

姓名:	性別:	生日:	學歷:
聯絡電話: (H)	(cell)		職業:
通訊地址:			
E-MALL:			