本課程已納入
教青局
持續進修發展計劃

澳門科技大學
MACAU UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY
持續教育學院
School of Continuing Studies

合辦機構
澳洲體適能專業教練學院

高級普拉提功能性運動證書課程
Advance Certificate in Functional Pilates Exercise

課程簡介
本課程深入講解普拉提功能性運動應用訓練結構，及其如何應用於鼓勵自我健身等用途。普拉提(Pilates)功能性運動更專業化臨床應用守則，訓練脊骨穩健性，改善都市人各種不良姿勢、腰背痛症等，並提高運動上的應用，協助發展培訓從事健身工作的人士。

教學目標
提升普拉提功能性運動理論知識，運動鍛鍊個案應用例子，讓學員投入運動興趣以及在職人士專業技能提升，培養持續進修的興趣。延續體適能健康精神，培訓更專業的人才，幫助發展社會健康運動體系，推廣「全民運動，全民健康」的理念。

課程大綱

- 運動理論及人體解剖學基礎的生物力學與原則
- 高級普拉提運動訓練和技巧認識
- 綜合普拉提功能性運動學學術研究分享
- 功能性訓練與肌肉之關係性理論，練習使用訓練工具
- 了解歐美國家對普拉提運動的演變
- 復康運動以及功能性運動的處方訓練配合
- 高級普拉提功能性運動實習以及如何套用其他的運動訓練
- 學習身體姿勢評估，醫療上應用範圍討論

註：此課程只教授基礎理論知識，非註冊醫生、醫師不可提供治療服務，且完成課程後不代表具備提供衛生護理服務及醫療服務的資格。如有需要，學員可尋求專業人員協助。

教學對象 對普拉提功能性運動有基礎之人士

報名地點 澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學 O 座 2 樓　持續教育學院

上課地點 澳門氹仔偉龍馬路澳門科技大學（確實地點將於確認開課時以手機短訊通知）

證　書 學員出席率達 80%或以上，及通過評核要求，可於完課後 1 個月內，向「澳洲體適能專業教練學院」申請聽講證書(Attendance Certificate)（需另付費用：港幣 400 元）。

上課日期　**授課語言** 廣東話

課程編號：1807321834-0	2019 年 1 月 6、13 日	週日 10:00-13:00; 15:00-17:00	總課時為 10 小時

課程費用 澳門幣 1,300 元　**收生名額** 20 人

*** 報名注意事項 * 報名時間：星期一至五(9:00 - 20:00)、星期六(9:00 - 13:00) [公眾假期除外]**

1. 首次報讀本院短期課程者，請先登入**網上報名系統**（網址：https://scs.must.edu.mo/oasc/PersonalInfo.do）或掃瞄以下的 QR Code，選擇<**其他個人服務**>類別，預先登記個人資料(不需上傳身份證)，填妥資料後，帶備身份證正、副本至本院辦理報名。
2. 報讀者可以現金/本票或劃線支票（抬頭請寫"澳門科技大學持續教育學院"或"SCHOOL OF CONTINUING STUDIES MACAU UNIV. OF SCIENCE AND TECHNOLOGY"）繳付學費及材料費，**現金收費上限為澳門幣/港幣 5,000 元**。
3. 所有費用一經繳交，恕不退還（本院取消開辦該課程除外）或轉讓。
4. 如課程報名人數不足，本院保留課程取消或延期的權利。

查　詢 電話：8796 1998　電郵：scs@must.edu.mo

網頁：http://www.must.edu.mo/scs/diploma-certificate-programs

- 如欲收到本院課程資料，可發電郵至 scs@must.edu.mo 並提供閣下之電郵地址，標題主旨為"加入通知群組"。
- 本院亦為機構/政府部門/學校提供內部培訓，按機構不同要求(主題/時間/地點)而訂定培訓內容，請與我們聯絡。