

《身心障礙專業人員運動指導增能培訓》報名簡章

陽光基金會於 2018 年創立「Sunvis 陽光活力中心」，致力於身心障礙者與高齡者的體適能服務，以「生活重建」的理念，結合治療師與運動科學的雙重專業，期許用肌力訓練取代長照，讓身心障礙者與高齡者恢復生活自主、健康活力與自信心。陽光自 2021 年起承接桃園市政府社會局委託辦理的「身障體適能體驗方案」，我們不僅將特殊族群的健身運動服務擴大至桃園地區，也努力推廣至其他身心障礙相關機構。

我們將在今年 8 月份舉辦的《身心障礙專業人員運動指導增能培訓》，就是希望把我們的教學經驗，帶給對體適能運動有興趣，且未來有志於在自己機構帶領體適能運動課程的專業人員，歡迎身心障礙相關領域的朋友們踴躍報名諮詢。未來完成培訓的朋友，如果在您的機構有開始體適能運動課程，我們的治療師與教練，也會挑選適當時間到現場觀察上課的情形，以利後續追蹤。

一、報名相關資訊

- 1.主辦單位：桃園市身心障礙體適能服務中心
- 2.報名條件：身心障礙相關領域之專業人員，至少有一年健身運動習慣為佳，且未來有志於在自己所待之機構開啟運動教學課程者。
- 3.報名人數：25 人為限
- 4.報名費用：免費
- 5.報名方式：填寫線上報名表單 <https://forms.gle/4unwE7F4QYSDrka89>
(表單開放至 8/23 中午 12:00 止)
- 6.培訓時間：8/28(日)13:00-17:00
- 7.培訓地點：桃園市身心障礙體適能服務中心
(地址：桃園市八德區介壽路二段 901 巷 49 弄 91 號 1 樓)

二、聯絡方式

- 1.電話：03-3680935
(開館時間：週二至週日上午 9：00-12：00、下午 14：00-17：00)
- 2.聯絡人：趙小姐

三、培訓課程時間與課程內容：

- 1.課程時間：8/28(日)13:00-17:00 共 4 小時

2.課程內容：

時段	課程主題	時間	授課講師
第一堂課	《姿勢評估與動作分析》	1300-1350	莊昌育 治療師
	休息一下	1350-1400	
	「動作評估」教學實作	1400-1450	
	中場休息	1450-1500	
第二堂課	《四大方向訓練動作與課表安排》	1500-1550	許惟豪 教練
	休息一下	1550-1600	
	「訓練動作」教學實作	1600-1700	

四、講師簡介：

講師姓名	講師簡介
莊昌育	經歷： 現任桃園身心障礙體適能中心 職能治療師 專業證照： 高考職能治療師證書 美國肌力與體能協會 肌力與體能訓練專家（NSCA-CSCS） Redcord Active intro 關鍵點療法 長期照顧專業人力培訓課程 LEVEL I
許惟豪	經歷： 統一佳佳 BeingFit 桃民店 私人教練 成吉思汗健身俱樂部中壢館 私人教練 中壢國民運動中心健身房 私人教練 專業證照： ISCA 高齡者體適能教練 C 級 中華民國健身運動協會健身 C 級指導員 中華民國健美協會 C 級裁判 亞洲健身協會運動按摩認證 ISCA 壺鈴 C 級證照

五、培訓地點地圖：

