

2018樂齡體適能指導員研習大會

銀齡潮流 健康一生

07/28(六)-07/29(日)

活動主旨：因應產業趨勢，提升樂齡體適能從業人員專業素質，促進長者自我健康管理、提供老人相關課程學習管道、進而發展健身教練未來職涯規畫。

大會講師：特邀國際級講師MARY SANDERS(瑪莉桑德斯)來台授課，另外還集結了全台樂齡教學專業領域講師分享實務經驗。

課程內容：大腦體操與桌遊列國、陽光熟齡樂極球、樂齡愛跳床、功能性平衡訓練、銀寶闖天關、保命看漲不跌停、銀髮水中樂逍遙等，更多的新鮮體驗與教學寶典。

活動地點：臺北醫學大學 國際會議廳及其他活動教室

報名期限：即日起至6/15日截止報名。

3/31日前報名享有早鳥優惠，詳情請掃QR code

本活動採選課制，部分課程有人數限制。盡早報名、即刻選課)



主辦單位：



協辦單位



中華民國健身運動協會
Health & Exercise Association R.O.C.



TOUCH AERO.



中華民國健身運動協會

2018年度樂齡指導員研習大會~『銀齡潮流、健康一生』報名表

中文姓名	生日	
英文姓名	性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
聯絡電話	(cell)	
E-MAIL		
通訊地址	□□□□-□□□□	
報名項目	<input type="checkbox"/> 本會會員 3000 元 <input type="checkbox"/> 團體報名學員 3000 元 <input type="checkbox"/> 一般學員 3500 元 <input type="checkbox"/> 早鳥價學員 3200 元，即日起~3/31 日止。	

●對象：醫事人員、老年服務學類人員、運動專業人員、體育運動相關科系或運動專業人員(包括：運動防護員、專任運動教練、學校體育教師、專業運動背景人士、社區推動長者健康促進)；專業人員(包括：全省各健康服務中心、社區健康營造中心、運動中心、樂齡學習中心、樂齡學堂、社區關懷據點、老人活動中心、老人基金會、社福單位等，曾參與協助地方健康促進推動之師資、助教、志工等具備前述相關專業或資格者。年滿 18 歲身心健全。

●日期：民國 107 年 7 月 28 日至 7 月 29 日(星期六、日)

●地點：台北市臺北醫學大學體育館(台北市信義區吳興街 250 號)

●費用：含師資、教材費用、場地費、證書費用，不包含交通及住宿。

●贈品：束口袋、小抗力球、負離子手環、椰子寶特瓶水。

●取消退費(不含團體報名)辦法：凡在活動因故停止辦理將全額退費；7/1-7/13 日期間才申請退費者，由於場地申請及行政作業的需求將酌收報名費之三成作為行政費用，僅退報名費之七成；7/14-7/28 日期間恕不退費，如有重大事故提出證明者可申請退費資格。

●如欲了解課程內容，請連結本會官網查詢 <http://www.exercise.org.tw/index.php>

2018 年度樂齡指導員研習大會「選課表」

選課說明：
 1. 請勾選您所選取的課程，同時段課程只能選擇一堂。
 2. 選課單請盡速填寫，填寫完畢回傳並來電確認，以免額滿。
 3. 只有一次異動選課機會，如課程人數已滿不得再轉入。
 4. 選擇您要的課程後，將格子"□"填滿"■"或打勾"√"即可。

日期	時間	課程名稱	人數上限
七月二十八日(六)	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 水中功能性訓練(自備:泳裝泳帽)	50 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 樂齡愛跳床	80 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 瓶瓶安安	80 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 熱齡創意音樂遊戲/律動	190 人
	★同時段課程只能選擇一堂		
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 身心平衡檢測	150 人
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 健口瑜珈操(口腔運動模式)	190 人
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 椅子節奏拍打操	80 人
★同時段課程只能選擇一堂			
	08:00~09:30	<input type="checkbox"/> 老當益壯一坪射箭場	150 人
	08:00~09:30	<input type="checkbox"/> 保命看漲不跌停	80 人
	08:00~09:30	<input type="checkbox"/> 食在健康-養肌尚實在	190 人
★同時段課程只能選擇一堂			
	10:00~11:30	<input type="checkbox"/> 銀齡世界可能不失智嗎	190 人
	10:00~11:30	<input type="checkbox"/> 銀賞閱天下	80 人
	10:00~11:30	<input type="checkbox"/> 銀髮身心平衡、保命防跌	150 人
★同時段課程只能選擇一堂			
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 水中功能指導技巧與運用(自備:泳裝泳帽)	50 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 功能性平衡訓練	150 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 睡得好不煩惱、熟齡睡睡平安	80 人
	13:00~14:30	<input type="checkbox"/> 老人健康管理(憂鬱症防治)	190 人
★同時段課程只能選擇一堂			
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 樂齡極球	150 人
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 大腦體操與桌遊列國	80 人
	15:00~16:30	<input type="checkbox"/> 陪伴長者的藝術	190 人

七月二十九日(日)

收件日期： 年 月 日 編號：□□□□ 經辦員：