



Weight Management and Sports Nutrition Certificate Course 體重管理及運動營養證書課程

課程內容：本課程專為對體重管理及運動營養有興趣人士而設，課程希望透過以理論學員學習正確的體重管理概念，改善不良的飲食和運動習慣，培養健康生活方式，提升自信心和擴 社交圈子，以及早矯正和預防因肥胖而導致的身心及社交問題。並會以現代營養學的最新理論應用於體重控制(減肥)及提升運動表現。

課程結構：

- 現代營養學
- 最新減肥理論分析 (Zone; Atkins; Slim Fast; Metabolic; Glucose Revolution; South Beach etc)
- 減肥過程中心理及行為方面的修正方法
- 飲食習慣評估
- 學員個案分析
- 藥物及各種市面減肥方法分析營養評估
- 有助無氧及有氧運動項目的飲食處方
- 如何增強免疫力
- 如何使用補充品增強運動表現
- 體重控制的原理
- 減肥運動處方的編寫與實習

合格證書：符合下列要求的學員將獲 國際康體專才培訓學院 (IPTFA) & 聖雅各福群會 社區營養服務及教育中心頒發「體重管理及運動營養證書」：

- 出席率達 75%或以上
- 考試中理論與實習課程獲得 70%合格成績
- 考試合格後需呈交實習報告。

"成績優異及出席率達 70%之同學可獲安排參與實習"

課程延續進修：

- 畢業學員可以申請報讀 IPTFA / GFTA 各類型之專業體適能證書課程
- 高級營養飲食顧問證書課程
- 營養及健康纖體導師證書課程
- 香港公開大學合辦 - 53410 營養學，體適能及體重控制證書專業證書
- 國際康體專才培訓學院 - 應用營養學及健康管理文憑課程
- 太歷國立大學合辦 - 體育學士學位課程 (康體及康樂管理)

商界展關懷

caringcompany^{2007/08}



國際健美協會



亞洲健美協會



東南亞國家健美協會



東亞健美協會



美聯邦國家健美協會



中國香港健美總會



國際健身及運動協會協會



國際健身及運動協會協會



皮拉提學院



劍橋及牛津 RSA
Examining Awarding Body





體重管理及運動營養證書課程

申請資格：

入學資格	凡年滿十七歲或以上
導師資歷	IPTFA 課程導師、註冊營養師、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 30 小時
收生人數	最多 30 人 (優先報名為原則)
課程費用	HK\$ 3,300 三星期提前報名優惠 \$ 200
重考費用	筆試重考或補考費 HK\$ 500 (加一堂補課) 60 分以下者需重新修讀課程
截止日期	開課前二個工作天 (IPTFA 保留取消課程或更改課程時間之權利)
上課地點	國際康體專才培訓學院 / 聖雅各福群會社區營養服務及教育中心
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可選擇以下： 1. 抬頭祈付 (聖雅各福群會或 St. James' Settlement) 寄往：香港灣仔石水渠街 85 號三樓，社區營養服務及教育中心。 2. 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。
查詢	詳情可致電 (IPTFA) : 2345 6286 傳真：2345 1236 電子郵件： info@iptfa.com 網頁： www.iptfa.com 詳情可致電 (St. James) : 2831 3254 傳真：3422 3694 電子郵件： info.dietetics@sjs.org.hk 網頁： http://hk.myblog.yahoo.com/info_dietetics/
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	6 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



國際健美協會



亞洲健美協會



東南亞國家健美協會



東亞健美協會



美聯邦國家健美協會



中國香港健美總會



國際健身及運動協會



國際健身及運動協會



皮拉提學院



劍橋及牛津 RSA
Examining Awarding Body

