

※本次開課如因疫情變化有延後或暫停，將依防疫指揮中心公告辦理，請上課學員務必自行先做好防疫措施。

社團法人台南市物理治療師公會繼續教育課程

彼拉提斯簡介與物理治療臨床應用

【課程介紹】

普拉提以德國醫護運動專家 Joseph Hubertus Pilates 為名，緣起於德國。這位久病成良醫的學者結合東、西方健身概念與自然療法，發展出控制學(Contrology)理論，教導人們控制身體，與訓練核心肌群穩定。本次課程將從彼拉提斯歷史與演變，透過這次課程您將會認識

- 什麼是彼拉提斯？彼拉提斯墊上與器械介紹。
- 彼拉提斯如何融入現代運動科學，成為治療師臨床應用的工具之一。
- 彼拉提斯原則與臨床應用

【講師簡介】

陳雅瑁 (Quawa)

現職：STOTT PILATES® 康復系統/常規系統 雙認證講師

經歷：新光吳火獅紀念醫院 物理治療師

【課程時間】

2022年2月20日(星期日) 08點30分 至 17點00分

【主辦單位】

社團法人台南市物理治療師公會 主辦

【課程地點】

地點：健美洋行(南一中體育館) 二樓地板教室
701台南市東區東寧路2號 對面 南一中體育館

【參加人數】 限42人 (未滿25人課程即取消) **※此課程需自備大毛巾及瑜珈墊**

~建議穿著適合活動的服裝，以便實作

依防疫指揮中心公告隨時機動調整，以報名先後順序錄取。

【繼續教育時數認證】 物理治療師繼續教育積分 申請中

【報名方式】請直接到全聯會線上報名系統 <http://www.pt.org.tw/courses/> 進行線上報名

錄取名單公告將於全聯會線上報名系統並請於公告錄取後7天內繳費。

【課程表】

時間	課表	講師
8:30~8:50	報到	
9:00~9:30	Pilates 簡介	陳雅瑀 物理治療師
9:30~10:30	Pilates 基礎理論探討	陳雅瑀 物理治療師
10:30~10:40	休息	
10:40~12:10	原則介紹與實作：以呼吸與腰椎骨盆帶原則為例	陳雅瑀 物理治療師
12:10~13:30	午休	
13:30~15:00	原則介紹與實作：以肩胛動作與穩定原則為例	陳雅瑀 物理治療師
15:00~15:20	休息	
15:20~16:20	原則介紹與實作：以頭頸部擺位原則為例	陳雅瑀 物理治療師
16:20~17:00	Pilates 基礎動作體驗與討論	陳雅瑀 物理治療師

【課程費用】 本會會員 NT 700元

其他治療師(生) NT 1000元

~因防疫因素館內無法飲食，故不提供中餐，學員可自行於成大或南一中附近用餐~

報名者經審查後，由秘書寄發 mail 通知錄取，錄取者需在 7 日內匯款繳交費用，未在時間內繳交者，將自動尚失錄取資格。

如錄取成功後不克參與課程，請當事人於開課七天前完成取消手續，以實收金額八成退費，逾期恕不受理！

【匯款資訊】

700郵局，帳號：0031189-0414255，戶名：社團法人台南市物理治療師公會

請備註：姓名及帳號末5碼 如有任何疑問，請來信或來電詢問、確認。

【E-mail】tainan.pt@msa.hinet.net或【電話】06-2089308（秘書處）

【注意事項】

1. 上課時間、地點如有更改，將另行通知，請務必填寫相關聯絡資訊。
2. 請勿代理簽名或索取出席證明，經發現將取消教育積分時數，敬請見諒。

- 課程中途離席或遲到、早退 20 分鐘(含)以上者，視同未參與課程，將不列入當次上課名單，且不列入繼續教育積分之計算，敬請見諒。
- 為維持上課品質及其他學員權益，上課中請勿錄影。
- 為維護上課品質，請勿攜伴旁聽或帶兒童進入教室，課程現場僅限報名者本人入場。請勿攜帶飲料、食物進入教室，現場有提供飲水，請自備環保水杯。

【交通資訊】

台南市東區東寧路 2 號 對面 南一中體育館

