國立臺北護理健康大學推廣教育中心 推廣服務組

**非 學 分 班 開 班 課 程 計 畫 表(1/2)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 開班學年度與學期： | | | 112年第二學期 | | |
| 課程名稱(請訂具吸引力的名稱)： | | | | 筋膜調理士系列課程-證照班第一期 | |
| 開課教師或合作系所、科別或機構： | | | | 馨田徒手保健工作室 | |
| 連絡電話 | 手機： | 0952982372 | | 其他聯絡電話： | 02-2563-3468 |
| E-MAIL： | xin.tian.naprapathy@gmail.com | | | | |

**課 程 內 容**

|  |  |
| --- | --- |
| 授課  大綱 | (一)基礎-學會評估人體結構  (二)分析-身體常見的痠痛  (三)緩解-運動後的緊繃  (四)提升-運動表現  (五)解決-長年肌肉痠痛(老毛病)及落枕、閃到腰(急性不適)  (六)調整-烏龜頸、駝背、圓肩、骨盆前後傾等體態不正  (七)技術-深層筋膜放鬆  (八)整合-完整調理計畫  (九)衛教-調理後健康知識分享 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **授課教師學經歷** | **姚丞鴻**  ．台北醫學大學-健康管理師  ．TRS-STC (Suspension Training Course/懸吊訓練師）  ．TRS-SMSTC ( Sport Medicine Suspension Training Course/運動醫學懸吊訓練師）  ．RTE 澳洲基礎康復訓練師 (Rehab Trainer Essential)  ．Rehab fx 功能傷害修復課程  ．SCS\_Strain Counterstrain Level 1  ．SCS\_Strain Counterstrain Level 2  ．SCS\_Strain Counterstrain Level 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **建議招生人數／對象** | □不限定 | | |  | | | | | ■限定: | | | | | 上限 | | | 12 | | | 人；下限 | | | | | | 6 | | 人 | |
| 對象說明： | | | ．同產業之推拿師、按摩師  ．準備斜槓工作上班族  ．美容美體產業，如美容師  ．健身房教練、健身產業同仁  ．對推拿養生有興趣的人 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **預定開班**  **日期與時間** | 預定開班日期:自 | | | | | | 113 | | | | 年 | 3 | 月 | | 23 | | 日起 | | 113 | | | 年 | | 3 | | 月 | 24 | | 日 | |
| 每週 | | 日 | | | | 、 | | | | | 上午 | | | | | | 、 | | | 下午 | | | | | |  | | | |
| 上課時間:　自 | | | | | 10 | | | | | 點 | 00 | | | 分　　至 | | | | 17 | | | | 點 | | 30 | | 分 | | | |
| **時數** | 共計 | 8 | | | 堂； | | |  | | 每次 小時(每堂課程時間不定) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **建議學費** | 每位學員： | | | 12,000 | | | | 元　※備註1：■是 □ 否，單人早鳥:11,000元(開課前一個月完成報名繳費)；雙人報名:11,000元(需備著同伴名字)。優惠方案不得併行  ※備註2：費用包含課程講義、筋膜整復調理士證照費$2500、中餐 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **上課地點/教室/教材說明/** | □ 石牌校區  ■內江街校區 | | | | | □不限教室 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ■需特殊教室;床，以學員實際操作練習 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 教材說明： | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | |
| 其他： | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **說明學員學習本課程後增進之知能/教學目標** | (一)學會更全面的淺層、深層的肌筋膜放鬆技巧，讓未來遇到不同的客戶，可自由調整力道來提升客戶的接受度，藉由全面性的評估，達到整體的張力平衡、提高身體的活動力、提供一種全新的放鬆體驗。  (二)整合人體解剖生理學、運動傷害學、運動按摩、身體功能評估等學科內容，內容深入淺出，傳達知識與技巧一次到位。  (三) 整合性專業技術，等於多一份工作能力，可獨立成為一項產品(課程)，或整合至美容/物理治療、健身等課程當中，提升客戶的信任感。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **備註** | ★本次課程涵蓋實作練習，請學員穿著方便活動的運動服裝。  ★本課程在實際練習以及考試時會有肢體碰觸（特此告知） | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

國立臺北護理健康大學推廣教育中心 推廣服務組

**非 學 分 班 開 班 課 程 計 畫 表(2/2)**

**🕉**課程原則上以12週為一期，但可依課程性質彈性調整週數。

**🕉**[請E-Mail至本組XXXXX@ntunhs.edu.tw](mailto:請E-Mail至本組XXXXX@ntunhs.edu.tw) OOO

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 週次 | 上課日期 | 授課單元名稱 | 授課教師 | 教學方法 |
|  | 3/23 10:00-12:00 | 學理基礎知識、觸診基本手法定位練習 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/23 13:00-16:00 | 技術壓制手法介紹、上半身肌群手法實作 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/23 16:00-16:20 | 學理考核 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/23 16:25-17:30 | 身體架設與擺位 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/24 10:00-10:30 | 複習、證照考試流程講解 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/24 10:30-12:00 | 淺層、深層操作力道加力技術 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/24 13:00-15:00 | 下半身肌群手法實作 | 姚丞鴻 |  |
|  | 3/24 15:30-16:30 | 術科考試 | 姚丞鴻 |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

註:非學分班不頒發學分或學位證明，僅依學生之需求提供研習證明，並可抵公務人員進修時數。