

# 吳鳳科技大學秘書室新聞剪報

報社名稱	中央日報網路報 新浪新聞	刊登版面	教育藝文 生活新聞	刊登日期	105/11/22(一)
------	-----------------	------	--------------	------	--------------

## 台灣/2016健身體適能指導員C級研習假吳鳳科大舉辦

21世紀健身產業 結合流行與時尚

<http://www.cdnews.com.tw> 2016-11-22 11:46:28



受到近年來歐美及韓流影響「健身=變身」的健身體適能產業蓬勃發展。健身教練擁有個人魅力與專業知識，使健身成為健康與時尚結合的超夯產業，而健身教練則成為產業的形象指標。吳鳳科大休閒遊憩與運動管理系與中華民國健身指導協會於11月19-20舉辦年底重頭戲的研習「2016中華民國健身體適能指導員C級研習會」。據說，此次研習活動訊息發布不久，從全國各的寄來的報名表及詢問電話人數就已經突破150位。但是大會礙於研習活動的品質及場地安全考量，將活動報名人數限制在120位名額以內，並承諾未來將與吳鳳繼續辦理相關研習。

「您好，我是您的健身指導教練，我叫×××。」吳鳳科大旭光中心門口，遠遠就聽見一陣宏音巨響、如雷震天的聲音環繞，令人為之震懾，寬敞的旭光堂裡聚集著來自全國各地的運動健身愛好者，一群追求時尚與健康的學生及民眾，正接受這為期兩天16小時的C級健身指導員研習會的考證與訓練活動。研習會中，健身協會黃堃隆秘書長語重心長說：「過去大多民眾對運動有些錯誤觀念，覺得運動就是減肥。其實健身的意義是在提昇健康。我們應當效仿歐洲民眾的習慣，運動不僅能讓身材曲線玲瓏有緻，更能讓人充滿活力精神抖擻，讓運動成為生活中的一部份。」與會學員參加這16小時研習，聽了老師說了這麼多有關健身俱樂部中的各式跑步機、固定式腳踏車、滑步機等設備，但都不免需要親自體驗一下；課程安排中，就是要學員們各個都能實際體驗各類器材並且也都能有指導解說別人的服務能力。兩天活動下來，吳鳳科大學員陳品勳說：「這兩天感覺自己好像脫胎換骨一樣，我未來的規畫是希望能自己開一間體適能健身個人工作室，用我的專業知識與教學經驗設計符合消費者個人的健身課程，讓每個人都能輕鬆維持健身體態」。

主辦單位休閒系周靈山主任說：「更是竭盡所能地，希望培育每一位學員成為全亞洲最棒的一批健身教練團；而學員們也盡其所能地從這次的研習會中，感受到學習運動的好處，並且將運動巧妙的指導、灌輸給更多國民正確的運動習慣與知識，在不久的將來這些獲得C級重量訓練健身運動指導員們，將至各縣市為民眾服務。」

(宋其佳報導)

承辦人員		二級主管		主任秘書		批示	
------	--	------	--	------	--	----	--