



『身體感知運動訓練技巧』

運用感覺整合、動作學習與體適能的理論及介入原則，針對不同族群來設計一套訓練計畫；身體感知運動訓練技巧運用 感知運動訓練器材 提供的感覺回饋，來引導學習者更清楚感知身體的動作與狀態。

運動能增加心肺耐力、改善骨質疏鬆、調整體態；也能促進『腦內啡』分泌，使心情愉快、放鬆壓力；根據研究，適當的運動還能刺激腦細胞增生，尤其是主宰記憶的海馬迴區域，可減緩腦功能衰退，預防失智症。

我們對於自己身體姿勢或動作的感知，會影響運動執行的效果，若有器材輔助或更多外在的感覺回饋，則會比較快速學習到正確的動作，並了解如何調整自己的身體動作。

本課程特點

1. 淺顯易懂的系統性教導**感覺整合、動作學習與體適能**的理論及介入原則
2. 融合臨床經驗，針對不同族群的身體感知引導策略一次都教給您
3. 著重實際操作，有充足的助理講師協助每一位學員操作練習與解答疑惑

本課程適合

1. 運動愛好者、各類運動員：增加身體感知敏銳度
2. 醫療人員、運動傷害防護師：增加動作控制，平衡協調
3. 運動教練：教導選手，提升專業表現

課程教材



Dr. Sensory 感覺知覺訓練器材 三件組

(圖片顏色僅供參考，依現場提供為主)

課程時間地點

場次	時間	地點
台北 晚上場	2024/03/06(三) · 18:30-21:30	藍海學苑
台北 上午場	2024/04/28(日) · 09:00-12:00	藍海學苑
台北 下午場	2024/06/09(日) · 13:30-16:30	藍海學苑
台中 下午場	2024/07/28(日) · 13:30-16:30	台中市

課程內容

上午場	下午場	晚上場	課程
0840-0900	1310-1330	1810-1830	報到
0900-1050	1330-1420	1830-2020	理論介紹與策略引導
1050-1200	1420-1630	2020-2130	身體感知運動訓練技巧實作

主辦單位 / 相關網站

藍海學苑 (BOA Academy)

官方網頁：<https://www.hnl.com.tw/academy.php>



社團法人臺灣肌能系貼紮學會 (Kinesio Taiwan)

學會網址：<https://www.hnl.com.tw/kinesiotaiwan>

臉書專頁：<http://www.facebook.com/ktatjc>



學分認證

中華民國職能治療師公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中

中華民國物理治療師公會全國聯合會

繼續教育學分積分申請中

※以上各專業實際積分點數將依各認證單位回函即時更新於課程官網上。

講師介紹

➤ **杜婉茹**

長庚大學 臨床行為科學研究所 碩士
臺灣大學 職能治療學系 學士
藍海曙光集團 醫療長
藍海學苑 教務部長
杏誠復健中心 專業督導
台北市職能治療師公會 常務理事
臺北市健康新生活協會 理事長
臺灣肌能系貼紮學會 理事
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)
身體感知運動訓練課程講師暨課程規劃召集人

➤ **陳映達**

成功大學 職能治療學系 學士
財團法人宏恩綜合醫院復健科 專業督導
臺北市健康新生活協會 常務理事
臺灣瑜珈療癒協會 副理事長
臺灣肌能系貼紮學會 理事
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)
身體感知運動訓練課程講師

➤ **胡家誠**

陽明大學 物理治療暨輔助科技學系 學士
杏誠復健中心 專業督導
臺灣肌能系貼紮學會 理事
台北市物理治療師公會 常務理事
臺灣應用復健協會 監事
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)
身體感知運動訓練課程講師

➤ **李瑋**

中山醫學大學 職能治療學系 學士
杏誠復健中心 職能治療副組長
藍海學苑副秘書長
台北市學校系統巡迴職能治療師
臺灣肌能系貼紮學會講師
身體感知運動訓練課程講師

➤ **楊峯茆**

台北醫學大學 醫學士
杏誠復健中心 院長
臺灣肌能系貼紮學會 理事
臺灣肌能系貼紮學會 講座講師
美國哈佛大學附設醫院進修
台北市立萬芳醫學中心復健科主治醫師
台北醫學大學附設醫院復健科主治醫師

➤ **曾俊智**

中國醫藥大學物理治療學士
財團法人宏恩綜合醫院 復健科物理治療副組長
藍海曙光集團 運動產業專員
臺灣肌能系貼紮學會講師
身體感知運動訓練課程講師
健美協會 C 級教練
行政院體委會體適能檢測員

➤ **陳怡巧**

陽明大學 物理治療暨輔助科技研究所 碩士
財團法人宏恩綜合醫院復健科 專業暨行政負督導
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)
臺灣肌能系貼紮學會講師
身體感知運動訓練課程講師

➤ **許憶婷**

陽明大學 物理治療暨輔助科技學系 學士
財團法人宏恩綜合醫院復健科 物理治療副組長
臺灣瑜珈療癒協會 理事
藍海學苑 副秘書長
臺灣肌能系貼紮學會講師

報名費用

➤ **早鳥專案：**

- 2024/03/06 (三) 台北場 · 在 2024/02/19 (一)前完成報名在
- 2024/04/28 (日) 台北場 · 在 2024/04/15 (一)前完成報名
- 2024/06/09 (日) 台北場 · 在 2024/05/27 (一)前完成報名
- 2024/07/28 (日) 台中場 · 在 2024/07/01 (一)前完成報名

- 每位學員 2,500 元。
- 三人以上團報，每位學員 2,000 元。
- 課程原價：
 - 每位學員 3,000 元。
 - 三人以上團報，每位學員 2,500 元。
- 課程費用包含：
 - 【Dr. Sensory 感覺知覺訓練器材 三件組】 一組
 - 精美彩色講義
- 全程參與研習者，將於課後 Email 寄發研習證明電子檔。(如需紙本研習證明，需額外支付費用，請於報名結帳頁面點選**特殊加購**申請，詳細說明請至藍海學苑[研習證明申請辦法](#)查詢。)

◇ 居家保健技巧組合 課程合報方案

【肌筋膜放鬆技巧+身體感知運動訓練技巧】：課程費用共 5200 元

【身體感知運動訓練技巧+肌能系貼紮技巧實務班】：課程費用共 2950 元

【肌筋膜放鬆技巧+肌能系貼紮技巧實務班】：課程費用共 4150 元

【肌能系貼紮技巧實務班+肌筋膜放鬆技巧+身體感知運動訓練技巧】：課程費用共 6150 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+肌能系貼紮技巧實務班】：課程費用共 1900 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+肌筋膜放鬆技巧】F 組合：課程費用共 4150 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+身體感知運動訓練技巧】：課程費用共 2950 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+肌能系貼紮技巧實務班+肌筋膜放鬆技巧】：課程費用共 5100 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+肌能系貼紮技巧實務班+身體感知運動訓練技巧】：課程費用共 3900 元

【EDF™ 淺層貼紮技術+肌筋膜放鬆技巧+身體感知運動訓練技巧】：課程費用共 6150 元

【同時報名四場課程】：課程費用共 7100 元

報名方式及注意事項

1. 請連結至藍海學苑進行報名：<https://www.hnl.com.tw/course.php?cid=30>
2. 於報名方案中，選擇您想要的報名方式：
 - 個人報名方案：放入選課單，確認後即可進行結帳完成報名。
 - 團體報名方案：放入選課單，填寫同團夥伴的 Email 及相關資訊，即可結帳完成報名。
(註)選擇【團體報名】方案者，團報發起人需完成所有報名者之付款，並請備妥團報成員之相關資料：
身分證字號、Email、姓名、手機、服務單位、職稱、飲食偏好、執業類別、發票形式(二/三聯)
3. 若您初次進入網站，須先進行帳號的申請，申請完成後須至 Email 收取驗證信件，依上方步驟通過驗證，即可開始使用網站功能並進行報名。
4. 報名費發票將於課程當日發放，若需提前領取或更改發票抬頭，請來信告知。
(課程發票為電子發票形式，僅能開立統編。如因報帳因素，需於發票上顯示抬頭，也請來信告知，我們將使用手寫式發票處理。)
5. 有任何問題，請洽 藍海學苑(02)27035353。

6. 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。
7. 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。
8. 本課程不開放錄影、錄音及直播。
9. 藍海學苑將於實體課程中進行拍照/錄影，您開始參與課程，代表您（學員）同意本學苑收錄學員之肖像及聲音，並同意本學苑基於課程與教材推廣之目的使用。
10. 建議穿著 寬鬆衣物 以利課程操作練習。

課程取消與退費規則說明

如因個人因素無法參與課程者，請參閱下列相關說明。若您同意以下條款，再開始進行報名。報名完畢後，代表您已閱畢本退費規則並同意以下條款。

申請時間 (需於課程前)	退費金額說明		
	個人	團報	課程合報
課前 30 日以前	扣除手續費之餘額	扣除其他團報成員費用 與手續費之餘額	扣除其他合報課程費用 與手續費之餘額
課前 29~7 日	扣除手續費之 80%餘額	扣除其他團報成員費用 與手續費之 80%餘額	扣除其他合報課程費用 與手續費之 80%餘額
課前 6 日至當天	恕不退還	恕不退還	恕不退還

《詳細退費說明，請參閱網頁：[課程報名須知](#) | [課程取消退費說明](#)》

地點資訊

《台北場》



藍海學苑

- 地址
台北市大安區仁愛路四段 122 巷 63 號 5 樓之 2
(鴻福大廈 63 號 5 樓之 2)
- 交通資訊
 - 公車：信義敦化路口站下車，步行約 10 分鐘。
 - 捷運：捷運信義安和站下車，1 號或 2 號出口，步行約 3-8 分鐘。
 - 開車：鄰近數個付費停車場，步行約 10 分鐘。

《台南場》



百達文教中心 B1 教室

- 地址
台南市東區勝利路 85 號 B1
- 交通資訊
由台南火車站後站→沿大學路直走→右轉勝利路→經過東寧路後右側建築。