



『 EDF™ 淺層貼紮技術 生活減痛秘笈班 』

原來疼痛是大腦說了算 !!!

你感覺到的痛不代表身體組織受傷了??

原來常看到的彩色貼布可以消腫、減痛 !!!

自己可以貼，怎麼貼技巧才算正確??

除了在專業競技場上與醫療院所中常看會看見的繽紛貼布，『肌能系貼紮技術』已被廣泛的應用於日常保健中。只要了解貼布與人體的互動機制，掌握原則與操作技巧，每個人都可以用 EDF™ 預裁貼布，為自己的健康打造一位能緩解疼痛、消腫引流的聰明好幫手；結合醫學知識與生活化的技術，實踐一份給自己的新穎健康提案！

課程特色

1. 原來疼痛是這麼一回事 (大驚) !

- 精心彙整醫學新知，用清楚易懂的故事說給你聽
- 透徹地了解疼痛的醫學新知，奪回自己對疼痛的主控權！

2. 掌握原理與技巧，EDF™ 貼紮生活應用快速上手！

- 邏輯清楚：是什麼道理達成緩解疼痛?是什麼要素促使消腫引流?
- 步驟易懂：圖解搭配示範練習，貼紮技巧快速掌握
- 多元範例：最生活化的實用案例，從手指急性挫傷、腳踝扭傷水腫、膝蓋不適、慢性下背痛，甚至到日常生活最常見的鼻塞、消化不良，豐富應用一把抓！

課程教材



【肌能系指紋款預裁貼布】一盒

3. 多年教學經驗，教材、講課好口碑

- 由深耕肌能系貼紮技術多年之專業講師群，精心打造 EDF™ 生活應用專題課程
- 學苑貼紮系列課程已指導超過 9000 位學員，遍佈臺灣、港澳、新加坡、中國大陸
- 150 分鐘以內，要給你超精選內容、與應用無窮的豐富收穫！

課程時間地點

場次	時間	地點
台中 上午場	2025/06/21 (六) · 09:30-12:00	中國文化大學 推廣教育部台中分部
台北 下午場	2025/08/24 (日) · 13:30-16:00	藍海學苑
台南 下午場	2025/08/31 (日) · 13:30-16:00	成功大學醫學院成杏校區 104 多功能實習教室
台中 上午場	2025/09/06 (六) · 09:30-12:00	中國文化大學 推廣教育部台中分部
台南 上午場	2025/10/18 (六) · 09:30-12:00	成功大學醫學院成杏校區 104 多功能實習教室

課程內容

上午場	下午場	晚上場	課程
0910-0930	1310-1330	1840-1900	報到
0930-0950	1330-1350	1900-1920	當EDF™遇見皮膚---EDF™大解構
0950-1010	1350-1410	1920-1940	EDF™淺層貼紮大解密---疼痛醫學的峰迴路轉
1010-1200	1410-1600	1940-2130	案例實作即時回饋---生活應用實例示範練習

講師簡介

➤ 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

➤ 周柏青

成功大學 物理治療學系 學士
 永誠復健中心 主任
 臺灣肌能系貼紮學會 秘書長
 肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

➤ 陳貞吟

陽明大學 物理治療暨輔助科技研究所 碩士
 中山醫學大學 復健醫學系 學士
 林口長庚醫學中心 物理治療組長
 肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

➤ 侯雅娟

中國醫藥大學 醫學系 醫學士
 財團法人宏恩綜合醫院復健科 主任醫師
 臺灣肌能系貼紮學會 理事
 肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

➤ **楊峯芃**

台北醫學大學 醫學系 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

➤ **劉毓修**

臺灣大學 物理治療研究所 碩士
藍海學苑 策略部長
永誠復健中心 行政督導
臺灣瑜珈療癒協會 理事長
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)
肌筋膜放鬆技巧課程講師暨課程規劃召集人
左營國家選手訓練中心物理治療師
亞運、東亞運國家代表隊物理治療師

➤ **陳虹頻**

成功大學 物理治療學系 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 品牌總監
臺灣瑜珈療癒協會 理事
臺灣肌能系貼紮學會 品牌策略委員會主委
臺灣肌能系貼紮學會講師

➤ **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)

➤ **翁舜頤**

中山醫學大學 語言治療與聽力學系 學士
藍海學苑 研發部長
杏誠復健中心 行政督導
臺北市語言治療師公會 常務監事
中華民國語言治療師公會聯合會 常務監事
臺灣應用復健協會 理事長
肌能系貼紮技術國際講師(CKTI)

- 肌能系貼紮技術國際講師 Certified Kinesio Taping Instructor (CKTI)是由 KTAI 正式認證，唯一授權可以擔任肌能系貼紮技術國際認證課程的講師，需參加 CKTI 認證課程，並通過考試，方能取得 CKTI 國際講師資格。

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

臺灣肌能系貼紮學會 認證時數 2 小時

報名費用

➤ 早鳥專案：

- 2025/06/21 (六) 台中場 · 在 2025/05/26 (一)前完成報名
- 2025/08/24 (日) 台北場 · 在 2025/08/11 (一)前完成報名
- 2025/08/31 (日) 台南場 · 在 2025/08/04 (一)前完成報名
- 2025/09/06 (六) 台中場 · 在 2025/08/04 (一)前完成報名
- 2025/10/18 (六) 台南場 · 在 2025/09/22 (一)前完成報名

- 每位學員 1000 元。
- 三人以上團報，每位學員 950 元。

➤ 課程原價：

- 每位學員 1,200 元。
- 三人以上團報，每位學員 1000 元。

➤ 課程費用包含：

- 肌能系 EDF™ 預裁貼布(Kinesio Tex Gold EDF PRE-CUT)一盒
- 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】：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

- 請連結至藍海學苑進行報名：<https://www.hnl.com.tw/course.php?cid=113>
- 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)
- 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。
- 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。)
- 本課程內容包含有實作練習，為促進學習效果，學苑將協助安排參加學員兩兩互相練習。
- 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。
- 本課程不開放錄影、錄音及直播。
- 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。
- 建議攜帶**剪刀**及穿著**寬鬆衣物、短褲**以利課程操作練習。
- 有任何問題，請洽 藍海學苑(02)27035353。

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。

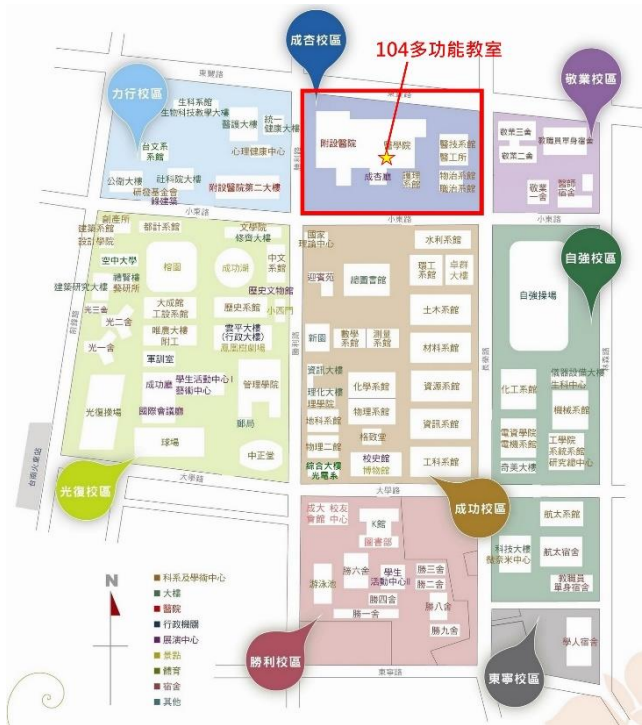
《台中場》



中國文化大學推廣教育部台中分部

- 地址：
台中市西屯區台灣大道三段 658 號 3 樓

《台南場》



成功大學醫學院成杏校區 104 多功能實習教室

- 地址
臺南市東區勝利路 138 號 (校區門口位於小東路上)