

香港高等科技教育學院

**專業持續教育工作坊 (NSCA & AASFP 認可)**  
**在隊制訓練中監控心率以優化運動表現**

日期: 2013 年 11 月 23 日 (星期六)  
時間: 上午 9 時 30 分 - 下午 12 時 30 分 (3 小時)  
講者: 王培林博士  
語言: 粵語, 輔以英文資料  
地點: 青衣香港高等科技教育學院



**內容:**

- 心血管系統簡介
- 使用心率監控運動員的訓練量
- 如何在隊制運動環境中測量心率
- 工作坊參加者試用隊制心率系統

**講者:**

王培林博士是香港高等科技教育學院(THEi)的運動生理學副教授。他是英國特許科學家,英國認可的運動生理學家,和美國認證的運動體能訓練專家。曾為高水平的奧運會和世界錦標賽的獎牌得主的體能教練。在 2012 年,他獲得了美國國家體能協會所頒發的傑出青年研究者獎,為首位亞洲運動科學研究員獲得此獎項。他現為多本國際科學期刊的編委。他也是英國謝菲聯足球隊的運動科學顧問。

**\*\*此工作坊的持續教育學分: NSCA CEU 0.3 及 AASFP CEU 0.2\*\***

### 報名表

姓名： \_\_\_\_\_ 年齡： \_\_\_\_\_

職業： \_\_\_\_\_ 聯絡電話： \_\_\_\_\_

聯絡地址： \_\_\_\_\_

電郵： \_\_\_\_\_

教練經驗（如適用）： \_\_\_\_\_

NSCA CSCS 或 CPT 號碼： \_\_\_\_\_

AASFP 證書號碼： \_\_\_\_\_

工作坊名稱	在隊制訓練中監控心率以優化運動表現
日期	2013 年 11 月 23 日（星期六）
時間	上午 9 時 30 分 - 下午 12 時 30 分
語言	粵語，輔以英文資料
費用	HK\$100
地點	香港高等科技教育學院
NSCA CEU	0.3
AASFP CEU	0.2

#### 申請人須知

請將本報名表連同劃線支票（抬頭：職業訓練局）郵寄：

香港 新界青衣島青衣路 20A 號 312 室

香港高等科技教育學院 工商及酒店旅遊管理學院收

-信封請註明 [ CEU 工作坊 ]，另請寫上姓名於支票背面

**\*\*\* 報名截止日期：2013 年 11 月 19 日 \*\*\***

# Thei

Member of VTC Group  
VTC 機構成員