

中國民國運動健康恢復協會

運動恢復專家證照課程

- 一、 目的：為促進臺灣運動健康恢復領域的發展，特邀國內各中、西醫、體育運動專家與學者進行授課，並透過科學化的運動恢復設備和技術，培養運動健康恢復的專業人才，為基層的選手提供運動恢復的服務。
- 二、 指導單位：教育部體育署
- 三、 主辦單位：中國民國運動健康恢復協會（台內團字第 1130030178 號）
- 四、 協辦單位：國立臺灣體育運動大學運動科學研究中心
- 五、 講習時間：113 年 12 月 21 至 22 日及 114 年 1 月 4 至 5 日，共計 4 天。
- 六、 講習地點：國立臺灣體育運動大學鶴鳴樓（3506 教室及 3307 運動傷害防護室）
- 七、 報名日期：即日起至 113 年 12 月 18 日 17 時 30 分止。
- 八、 報名手續：
 - (一) 一律採網路報名，網址：<https://forms.gle/JuaU16HCm7w8ur8W8>
報名費分為一般學員及在校學員
 - 一般學員：新台幣 19,800 元，3 人團體報名 17,800 元。
 - 在校學員：新台幣 5,000 元
 - (二) 匯款金機構（註名分行）：中華郵政臺中雙十路分行
戶名：中華民國運動健康恢復協會陳哲修
郵局帳號：700-0021260-0600248
報名後請將繳費收據拍照後傳至 ctshrasport@gmail.com，本會將以 email 回覆是否完成報名。
 - (三) 報名資料及費用不齊全者恕不受理報名，報名審核通過後將以 email 通知。
 - (四) 報名人數 40 人，分為一般學員及在校學員，學生請附上學生證證明並上傳至本會信箱；額外提供臺體大師生數名免費名額。
- 九、 講師：國內各中、西醫、體育運動專家與學者。
- 十、 考評辦法：
 - (一) 學科測驗，缺席 4 小時（含）以上不予核發證書。

十一、 證書核發：

- (一) 凡全程參加講習會，得發結業證書。
- (二) 凡參加本次講習會考試總成績達 80 分以上者頒發證書。
- (三) 申請運動防護學會及物理治療學會時數認證（待申請中）。

十二、 附則：

- (一) 參加講習人員，每日午餐自理。
- (二) 學員在講習會期間應盡量避免缺課，如遇有特殊事故必須親自處理，請填具請假單，方可離會。但不得超過 4（含）小時以上，否則不予核發證書。
- (三) 參加講習人員請於每日上午 7 時 30 分至 8 時至鶴鳴樓 3 樓地點完成報到。
- (四) 實際開課日前一週(含以前)提出退費申請者，將酌收 10%行政手續費，其餘退還。實際開課日當週提出退費申請者，恕無法受理退費。

十三、 講習會課表及講師：如附件一。

十四、 如有未盡事宜，得由主辦單位修訂公布之。

附件一

運動恢復專家證照課程

時間	113年12月21日 (星期六)	113年12月22日 (星期日)	114年1月4日 (星期六)	114年1月5日 (星期日)
07:30 08:00	報到	報到	報到	報到
08:00 08:50	解剖學與表面解剖實務 (許芳瑜 老師)	按摩及物理治療恢復應用 (劉彥宏 老師)	反射性動作性能重置概要 (陳俊伊 老師)	脊椎保健及疲勞 (林國偉 老師)
09:00 09:50	體態評估及調整 (許芳瑜 老師)	按摩及物理治療恢復應用 (劉彥宏 老師)	反射性動作性能重置概要 (陳俊伊 老師)	脊椎保健及疲勞 (林國偉 老師)
10:00 10:50	體態評估及調整 (許芳瑜 老師)	按摩及物理治療恢復應用 (劉彥宏 老師)	睡眠科學 (劉智源 老師)	運動前、中、後營養增補策略 (邱志暉 老師)
11:00 11:50	肌筋膜伸展理論及實作 (許芳瑜 老師)	按摩及物理治療恢復應用 (劉彥宏 老師)	睡眠科學 (劉智源 老師)	運動前、中、後營養增補策略 (邱志暉 老師)
12:00 13:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
13:10 14:00	運動後恢復：中醫觀念與推拿手法操作 (何政育 醫師)	疲勞及身體失衡之解除方案策略 (劉彥宏 老師)	週期化訓練及肌力體能訓練 (陳哲修 老師)	心理學對疲勞之應用 (陳泰廷 老師)
14:10 15:00	運動後恢復：中醫觀念與推拿手法操作 (何政育 醫師)	疲勞及身體失衡之解除方案策略 (劉彥宏 老師)	消除運動損傷及疲勞之實證研究 (陳哲修 老師)	心理學對疲勞之應用 (陳泰廷 老師)
15:10 16:00	運動後恢復：中醫觀念與推拿手法操作 (何政育 醫師)	常見上肢運動傷害評估與處理 (劉彥宏 老師)	運動疲勞監控策略 (曾暉晉 老師)	學科測驗
16:10 17:00	運動後恢復：中醫觀念與推拿手法操作 (何政育 醫師)	常見下肢運動傷害評估與處理 (劉彥宏 老師)	旅行及時差疲勞管理策略 (曾暉晉 老師)	



陳哲修

學歷	經驗
國立臺灣大學 物理治療學系暨研究所 博士	中華民國運動健康恢復協會理事長
現任	中華民國角力國家隊體能訓練委員
國立臺灣體育運動大學 競技運動學系 教授 兼運動科學研究中心主任	中華民國軟網協會運動科學委員
證照	體育署專任運動教練訪視及評鑑委員
競技運動表現教練證 (USA weightlifting 核發)	體育署運動操場及周邊設施整建輔導委員
緊急救護技術員(EMT-1)	中華民國體適能指導員證照考官
美式運動按摩師	國家訓練中心授課教師
臺北市政府衛生局運動保健員	各單項協會教練講習講師
國民體適能檢測員	2024 巴黎奧運選手運動科學中區檢測站~主持人
體適能中級指導員	113 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-優等
身心障礙國民運動會分區體位鑑定體位分級師	110 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-佳作
	109 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-甲等
	102 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-優等獎
	100 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-優等獎
	99 年度教育部體育署運動科學研究及發展獎勵-優等獎



陳泰廷

學歷

國立臺灣師範大學體育學系博士
國立臺灣師範大學運動科學研究所碩士
國立虎尾科技大學應用外語系學士
國立政治大學統計系學士

現任

心泰運動表現諮詢工作室執行長
亞奧運黃金計畫_運動心理諮詢師

證照

台灣運動心理學會運動心理諮詢老師

經驗

- 2024 巴黎奧運選手心理輔導計畫
- 2022 杭州亞運選手心理輔導計畫
- 2020 東京奧運選手心理輔導計畫
- 2018 中華奧會運動菁英育才計畫
- 2017 波蘭世界運動會、台北世界大學運動會
- 2016 里約奧運選手心理輔導計畫
- 2014 仁川亞運選手心理輔導計畫
- 2012 台北市競技優秀選手訓練暨科學輔助計畫
- 2012 教育部培育優秀青少年運動人才計畫

學歷

中國醫藥大學學士後中醫學系
國立成功大學生物醫學工程研究所
高雄醫學大學運動醫學系

現任

中國醫藥大學附設醫院中醫部住院醫師

證照

考試院中醫師執照

經驗

- 2021 台灣電力公司女子排球隊
- 2020 中華代表隊空手道選手辜翠萍
- 2018 中華代表隊桌球選手陳思羽
- 2015 台灣桌球名人賽大會防護員
- 2013 中華職棒統一獅實習防護員
- 2012 美國網球雙打選手 John Paul Fruttero



何政育



劉彥宏

學歷

國立台灣大學 醫學工程學研究所 博士
國立台灣大學 醫學工程學研究所 碩士
中國醫藥大學 物理治療學系 學士

現任

勤益科技大學 健康產業科技研發與管理系

證照

物理治療師證照
部定助理教授
甲類輔具評估師
台日足部輔具師證照
長照醫事人員證照

經驗

恩主公醫院 物理治療師
惠明醫院 物理治療師
安成診所 物理治療師
樹人醫專物理治療科 專任助理教授
慈惠醫專物理治療科 專任講師
合立行健康科技 物理治療師
南投縣第一輔具中心 輔具評估師
高雄北區輔具資源中心 輔具評估師



許芳瑜

學歷

國立臺灣體育運動大學 競技運動學系 碩士
弘光科技大學 物理治療系 學士

現任

動跡運動按摩工作室 主辦人
聯新國際聯合診所 物理治療師

證照

國家高考合格物理治療師
美國國家運動醫學會 運動矯正專家 (NASM-CES)

經驗

2024 動跡運動按摩工作室 運動恢復師
2024 聯新國際聯合診所 物理治療師
2024 Dr.R 運動恢復博士 運動恢復師



陳俊伊

學歷

彰師大運動健康研究所碩士

現任

臺灣體育運動大學兼任講師

證照

Anatomy Trains in Structure and Function.
Janda and Lewit 功能性評估與治療
Redcord 懸吊訓練系統 AI、AA、N1
Balanced Body 墊上核心指導員 Mat1、Mat2
Balanced Body Ai3d 黏土架構解剖
DNS - A、B class (動態神經穩定術)
OMS - Segment 1~4 (臨床骨科動作專家)
MSP 實證動作學 - 洞悉動作科學與應用

經驗

前世界健身俱樂部教育訓練中心教官
身動運動顧問講師
自由教練
慈惠醫專物理治療科 專任講師
合立行健康科技 物理治療師
南投縣第一輔具中心 輔具評估師
高雄北區輔具資源中心 輔具評估師

課程介紹

反射性動作性能重置 (Reflexive Performance Reset, RPR)，是已流行在國外的一套系統，原理為透過呼吸與神經反射點的方式於幾秒內重置並喚醒身體運動能力，包括肌肉柔軟度與即時反應力量，是一套簡單易操作的技術。

學歷

國立體育大學 競技與教練科學研究所 博士

現任

臺北市立大學 體育學系 助理教授

證照

經驗

國家運動科學中心運動科學研究處
/合聘助理研究員
台灣運動生理暨體能學報出版組
/編輯委員及組長



曾暉晉



邱志暉

學歷

臺北市立大學 競技運動訓練研究所 博士

現任

國立臺灣體育運動大學 運動健康科學系 教授
職棒中信兄弟營養顧問

證照

Certified Strength and Conditioning Specialists
(NSCA-CSCS)
Certified Personal Trainers
(NSCA-CPT)

經驗

中華民國身體活動運動科學學會秘書長
中華民國運動教練學會副秘書長



劉智源

學歷

元培醫專放射科
元智大學經營管理研究所

現任

綠樣實業股份有限公司 董事長

證照

日本礪谷式椎力學療法 法術師正師範
北醫美式脊椎正位研習 結業
元培醫大 南台科大 約聘講師
中華民國脊椎矯正學會健走杖指導員

經驗

台中榮總 亞東醫院放射科



林國偉

學 歷

台灣大學生命科學系
美國 Palmer 脊骨神經醫學博士

現 任

愛豐健康概念館 執行長

證 照

Patrick Lin, D.C
美國脊骨神經科檢定合格
華盛頓州山景脊骨神經科診所執業脊醫
(Mountain View Chiropractic Center)
國際舞蹈醫學協會會員(IADMS)
Titelist 高爾夫球表現協會認證指導(TPI)
Vasyli 認證種子治療師
台灣凱羅健康協會會員(TCDS)
台灣痠痛關懷協會會員(TPS)

經 驗

2024 后綜高級中學指定健護團隊