

# fit®

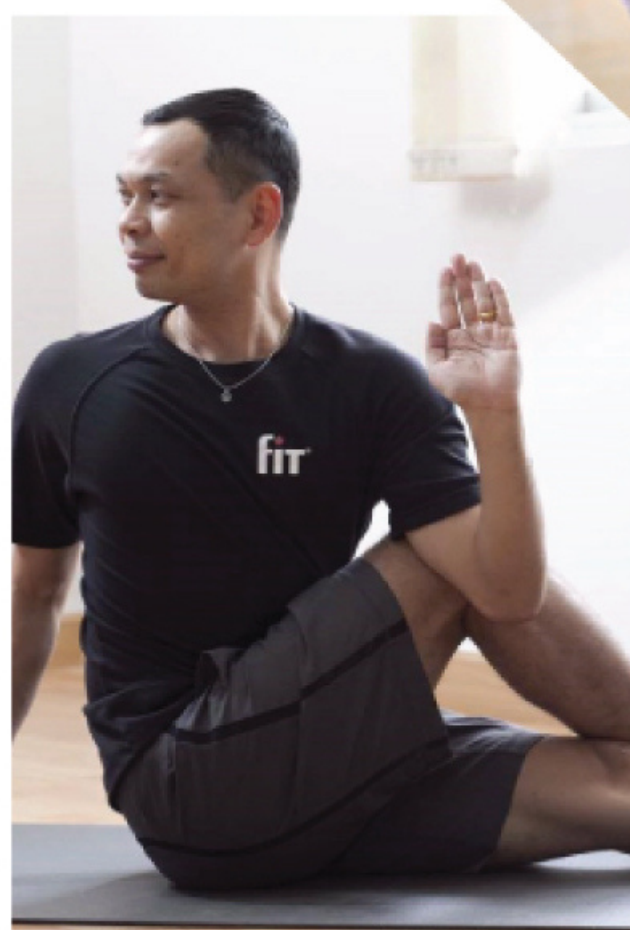
## 2023



# TRAINING WORLD-CLASS FITNESS PROFESSIONALS

- CERTIFICATION TRAINING
- SEMINARS & WORKSHOPS
  - PERSONAL TRAINING
  - SPORT CONDITIONING
  - GROUP FITNESS
  - PILATES
  - YOGA
- ONLINE EDUCATION
- ASIA FITNESS CONFERENCE

Please contact us if you are seeking to improve the standards of fitness professionals and of the fitness industry in your area.



+66 (2) 650 9242



[www.fitthai.com](http://www.fitthai.com)



[fit.thailand](https://www.facebook.com/fit.thailand)



[fitthailand.ig](https://www.instagram.com/fitthailand)



[@fit.thailand](https://www.line.me/fit.thailand)

# สถาบันฝึกอบรมบุคลากร ด้านการสอนออกกำลังกายมาตรฐานสากล



## TRAINING WORLD-CLASS FITNESS PROFESSIONALS

- CERTIFICATION TRAINING
- SEMINARS & WORKSHOPS
  - PERSONAL TRAINING
  - SPORT CONDITIONING
  - GROUP FITNESS
  - PILATES
  - YOGA
- ONLINE EDUCATION
- ASIA FITNESS CONFERENCE

## Education Courses 2023

### หลักสูตรอบรมประจำปีการศึกษา 2566

#### หลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพ (CERTIFICATION COURSES)

Hours | Price (฿)

#### ผู้ฝึกสอนออกกำลังกายส่วนบุคคล (ACE® Personal Training New & Improved)

● หลักสูตรประกาศนียบัตร Certified Personal Trainer (ภาคภาษาไทย)	96	41,950
● Certified Personal Trainer Course (ACE Exam Preparation-English Programme)	96	41,950
● หลักสูตรประกาศนียบัตร Certified Personal Trainer (ภาคภาษาไทย - เร่งรัด 3 สัปดาห์)	78	40,850
● Certified Personal Trainer Course (ACE Exam Preparation 3 Weeks Intensive English Programme)	78	40,850
● หลักสูตร Certified Health and Wellness Coaching (หลักสูตรภาคภาษาไทย - ข้อสอบภาคภาษาอังกฤษ)	48	31,200
● Certified Health and Wellness Coach Course (English Programme - ACE® English Exam) <b>NEW</b>	48	31,200
- Health Coach Workshop 1 – Health Coaching Skills <b>NEW</b>	12	7,800
- Health Coach Workshop 2 – Changing Lifestyle Habits <b>NEW</b>	8	11,700
- Health Coach Workshop 3 – Lifestyle and Chronic Disease <b>NEW</b>	12	7,800
- Health Coach Exam Preparation <b>NEW</b>	6	3,900

Note: Excludes Basic Life Support special price for current certification course students (Regular 2,600 THB)

3 | 1,300

#### ผู้ฝึกสอนด้านกีฬา / โค้ช (Sport Conditioning : NSCA® Exam Preparation Course)

● หลักสูตรประกาศนียบัตร Certified Strength and Conditioning Specialist : CSCS (หลักสูตรภาคภาษาไทย - ข้อสอบภาคภาษาอังกฤษ)	75	41,200
● Certified Strength and Conditioning Specialist Course : CSCS (NSCA Exam Preparation English Programme)	75	41,200

#### ครูสอนโยคะ (Yoga Teacher Training: Yoga Alliance® Registered Yoga School / I.Y.F.)

● หลักสูตรประกาศนียบัตรครูสอนโยคะหฐวินยาสะ (จำนวน 300 ชั่วโมง RYS / Yoga Alliance) (Certified Hatha Vinyasa Yoga Teacher Training - 300 hours Certification Course)	300	120,000
● หลักสูตรประกาศนียบัตรครูสอนโยคะหฐวินยาสะ (จำนวน 200 ชั่วโมง RYS / Yoga Alliance / I.Y.F.) (Certified Hatha Vinyasa Yoga Teacher Training - 200 hours Certification Course)	200	99,700

#### ครูสอนพิลาทิส (Balanced Body® Pilates Instructor Training)

● หลักสูตรความรู้พื้นฐานการเคลื่อนไหวร่างกาย (Movement Principle Training)	18	16,200
● หลักสูตรประกาศนียบัตรครูสอนพิลาทิสบนเสื่อ (Mat Pilates Instructor Training: Mat 1, Mat 2, Mat 3)	54	52,400
● หลักสูตรประกาศนียบัตรครูสอนพิลาทิสกับอุปกรณ์ "รีฟอร์มเมอร์" (Reformer Pilates Instructor Training)	72	84,200
● หลักสูตรประกาศนียบัตรครูสอนพิลาทิสกับอุปกรณ์อื่นๆ "แอพพาราตัส" (Apparatus Pilates Instructor Training)	48	66,300

#### ผู้ฝึกสอนออกกำลังกายแบบกลุ่ม (AFAA International Certified Group Fitness Instructor)

● หลักสูตรประกาศนียบัตร AFAA International Certified Group Fitness Instructor (ภาคภาษาไทย) <b>NEW</b>	30	28,000
---	----	--------

CONTINUING EDUCATION COURSES (Face-to-Face)	Recognised by	CECs CEUs	Hours	Price (฿)
<b>Functional and Resistance Training Approaches</b>				
- Advanced Muscle and Strength Development	FIT®	1.2	12	9,400
- Barbell Basics Workshop	TPF®	0.3	3	4,100
- Basic Life Support (CPR&AED)	FIT®	n/a	3	2,600
- Functional Fusion	FIT®	1.2	12	9,400
- Golf Fitness Workshop	FIT®	n/a	14	8,300
- Functional Movement Training Basics on Kinesiology Taping (FMT Basic)	FMT®	n/a	8	7,900
- Functional Movement Training Performance on Kinesiology Taping (FMT Performance)	FMT®	n/a	8	7,900
- Metafit® Coach Training <b>NEW</b>	META®	0.6	6	9,300
- Olympic Weightlifting Seminar <b>NEW</b>	Ironhive®	TBA	12	8,900
- Partner Stretching Workshop <b>NEW</b>	FIT®	n/a	3	2,600
- TWIST Functional Training 101	TWIST®	TBA	12	9,500
<b>Functional and Resistance Training Tools</b>				
- BOSU® Advanced Programming Strategies	BOSU®	0.4	6	5,050
- BOSU® Mindful Movement and Mobility	BOSU®	0.4	6	5,050
- BOSU® Next Generation Balance Training	BOSU®	0.4	4	5,050
- CoreCoach Training <b>NEW</b>	Rocktape®	TBA	6	9,200
<b>Mind Body with Props</b>				
- Anatomy in Three Dimensions (excludes Balanced Body® manual)	BALANCED BODY®	1.6	18	18,900
- Arc Pilates Instructor Training	BALANCED BODY®	0.3	6	6,900
- Bodhi Suspension Instructor Training Comprehensive	BALANCED BODY®	1.6	16	26,400
- Bodhi Suspension Training Fundamentals	BALANCED BODY®	0.8	8	13,600
- CoreAlign Instructor Training I	BALANCED BODY®	1.6	16	22,300
- CoreAlign Instructor Training II	BALANCED BODY®	1.6	16	22,300
- Mat and Ball Workshop	BALANCED BODY®	0.3	6	6,900
- Mat and Bands Workshop	BALANCED BODY®	0.3	6	6,900
- Mat and Ring Workshop	BALANCED BODY®	0.3	6	6,900
- Mat and Roller Workshop	BALANCED BODY®	0.3	6	6,900
- MOTR Instructor Training Comprehensive	BALANCED BODY®	1.6	16	26,400
- MOTR Training Fundamentals	BALANCED BODY®	0.8	8	13,600
- Movement Principles	BALANCED BODY®	1.6	18	16,300
<b>Mobility Training</b>				
- FTI Functional Mobility Course	FTI®	0.7	8	9,500
<b>Nutrition and Weight Management</b>				
- Fitness Nutrition Specialist	FIT®	1.2	12	9,400
- Sports Nutrition - Fueling Performance	FIT®	0.9	9	6,500
- Weight Loss Specialist	FIT®	1.2	12	9,400
<b>Small Group and Group Training</b>				
- Small Group Training	FIT®	1.2	12	9,400
<b>Special Considerations</b>				
- Pre & Post Rehabilitation Training	FIT®	0.6	6	5,200
- Senior Fitness Specialist	FIT®	1.2	12	9,400
- Training Clients with Lower Back Pain	FIT®	0.6	6	5,200
- Training Pregnant and Post-Partum Clients	FIT®	0.6	6	5,200
- Women's Fitness Essentials	FIT®	0.6	6	5,200
- Youth Exercise Essentials	FIT®	0.6	6	5,200

CONTINUING EDUCATION COURSES (Face-to-Face)	Recognised by	CECs CEUs	Hours	Price (฿)
<b>Workshops for General Public</b>				
- Healthy Eating Essentials (ภาคภาษาไทย)	FIT®	n/a	6	4,100
- Healthy Eating Essentials (English)	FIT®	n/a	6	4,100
- Running Fundamentals	FIT®	n/a	12	6,200
ONLINE LEARNING	Via	Hours	Regular Price (฿)	Special Price (฿)
<b>Continuing Education Courses </b>				
- Anatomy 101	Teachable	3	2,600	959
- Personal Training Update 2023	Teachable	6	4,900	2,900
- Introduction to Taping Basic	Teachable	3	2,600	999
- Introduction to Health Coaching (English Programme)	Teachable	2.5	2,600	919
- Introduction to Health Coaching (ภาคภาษาไทย)	Teachable	2.5	2,600	919
ASIA FITNESS CONFERENCE		Date	Price (฿)	
<b>Asia Fitness Conference 2023+ (BITEC Bangna) <span>NEW</span></b>		20 - 22 October 2023	7,800 - 15,000	

## Internationally recognized Education Partners

