



TRAINING SCHEDULE

UPDATED WEEKLY

**RESKILL
UPSKILL**



REGISTER NOW!

CHECK IT OUT NOW!

CLICK HERE!

THE FLUID X FOUNDATION COACHING COURSE

NEW 

Enroll in our FX Foundation Course and Elevate your Training

 **DATES**
21 ตุลาคม 2569 (วันพุธ)

 **TIME**
เวลา 9:00 - 18:00 น.

 **VENUE**
FIT Thailand, BTS เพลินจิต กรุงเทพฯ

 **SPECIAL OFFER! ***

- Early bird price! Special 9,900.- (from 11,000 THB)
- Get 1 Free! FX Tank 15 Aqua bag

*Terms and conditions apply.




MEET EDUCATOR
ครูเคลวิน ภาณุวิชญ์ ธงชัยนันท
Experienced Fitness Educator,
FIT Thailand
www.fitthai.com

 FITTHAILAND.IG  FIT.THAILAND  @FIT.THAILAND

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมกับเจ้าหน้าที่ดูแลหลักสูตร โทร. 02 650 9242

FX
FLUID X

NEW NEW NEW
NEW NEW NEW
NEW NEW NEW

fit®

FIT THAILAND

PRECISION TRAINING FOR **MAXIMUM HYPERTROPHY**

CONTINUING EDUCATION

ADVANCED SCIENCE-BASED STRENGTH
ELITE PERFORMANCE PROGRAM

BICEPS BRACHII
PRIMARY TARGET

CONTRACTION
87%

FOCUS
MAXIMUM
TENSION

11 | ตุลาคม 2569

🕒 วันอาทิตย์ เวลา 09:00-17:00 น.

📍 FIT Thailand ถนนเพลินจิต กรุงเทพฯ
รถไฟฟ้า BTS เพลินจิต ทางออก 2 อารามราชินีพลาซ่า



EDUCATOR

ครูฟัท
อิทธิพัทธ์ ชะโกตรงษ์
Master Coach / Fitness Educator
WWW.FITTHAI.COM

EARLY BIRD PROMO!

ลดเหลือ
4,410.- THB

จากราคาปกติ 4,900.- บาท
(ไม่รวมค่าสมัคร - 27 บ.อ.บ.)



ACCLAIMED
CURRICULUM



FACE-TO-FACE,
SMALL CLASS SIZE



EXPERIENCED
FITNESS EDUCATORS



RECOGNISED
CERTIFICATION



FITTHAILAND.IG



FIT.THAILAND



@FIT.THAILAND

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมกับเจ้าหน้าที่ดูแลหลักสูตร โทร. 02 650 9242

NEW NEW NEW
NEW NEW NEW
NEW NEW NEW



BOOTYLICIOUS

TRAINING TECHNIQUES & PROGRAMMING TO BUILD 3D GLUTES

10 | ตุลาคม 2569

🕒 วันเสาร์ เวลา 09:00-16:00 น.
📍 FIT Thailand ถนนเพลินจิต กรุงเทพฯ
รถไฟฟ้า BTS เพลินจิต ทางออก 2 อาคารมทพพลาซ่า

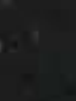
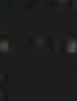
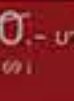
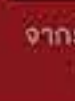
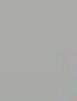
MEET OUR EDUCATOR TEAM



JERRICAN TAN
COURSE CREATOR
FITNESS EDUCATOR
Chief Executive Officer, FEA



GAYWALIN GRANT
FITNESS INTERPRETER, CO-EDUCATOR
FIT Thailand



EARLY BIRD PROMO!

ลงทะเบียน **4,680.-**

จากราคาปกติ 5,200.- บาท
(ไม่รวมค่าสมัคร - 250.- บาท)



ACCLAIMED CURRICULUM

EXPERIENCED FITNESS EDUCATORS



FACE-TO-FACE SMALL CLASS SIZE

RECOGNIZED CERTIFICATION

NEW NEW NEW
NEW NEW NEW
NEW NEW NEW

fit®

INTRODUCTION TO
ANATOMY
FOR **PILATES**

— TRAINING MANUAL

กายวิภาคศาสตร์ ที่เชื่อมโยงกับ **การฝึกพิลาทิส**
ความรู้พื้นฐานและจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการก้าวสู่เส้นทาง
ครูพิลาทิสมืออาชีพ



21-22 | ตุลาคม 2569

🕒 วันพุธ วันพฤหัสบดี เวลา 09:00-16:00 น.

📍 **FIT Thailand** ดอนโพฟ้า BTS สถานีเพลินจิต (ทางออก 2) ย้าย Amazon Cafe มหาทุนลาซ่า กรุงเทพฯ



WWW.FITTHAI.COM

OUR EDUCATOR

“ครูบอม”
อภิตติญา ไสมา

Experienced Pilates Educator, FIT Thailand
Founder, Pilates by Apittaya
Pilates Educator, Balanced Body



EARLY BIRD PROMO!

ลดเหลือ **9,360.- THB***

จากราคาปกติ **10,400.- บาท**
(ไม่รวมค่าบริการ - 7 ตุลาคม 2569)

*เงื่อนไขขึ้นอยู่กับอัตราค่าชม



ACCLAIMED
CURRICULUM



EXPERIENCED
FITNESS EDUCATORS



FACE-TO-FACE
SMALL CLASS SIZE



RECOGNISED
CERTIFICATION

📷 FITTHAILAND.IG

📘 FIT.THAILAND

💬 @FIT.THAILAND

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมกับเจ้าหน้าที่ดูแลหลักสูตร Ins. 02 650 9242

SAVE SAVE SAVE
UPTO UPTO UPTO
10% OFF 10% OFF 10% OFF



FITNESS NUTRITION SPECIALIST TRAINING

"ออกแบบโภชนาการอย่างมืออาชีพ เพื่อผลลัพธ์ที่ดีที่สุดของคุณ"

24-25 | ตุลาคม 2569
วันเสาร์ อาทิตย์ เวลา 9:00-16:00 น.
📍 FIT Thailand ถนนเพลินจิต กรุงเทพฯ
รถไฟฟ้า BTS สถานีเพลินจิต ทางออก 2
ติดร้านกาแฟมะขามมหาทุนพลาซ่า

ค่าลงทะเบียนและโปรโมชั่น

หมวด 15 พ.ค. 69

EARLY BIRD RATE

8,910.

ตั้งแต่ 16 พ.ค. 69 เป็นต้นไป

REGULAR RATES

9,900.

*เงื่อนไขเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด

สอบถามรายละเอียด โทร. 02 650 9242

แชทกับเจ้าหน้าที่ผ่าน LINE OA: @fit.thailand หรือ SCAN QR Code เพื่อลงทะเบียน



ACE APPROVED



WWW.FITTHAI.COM

SAVE SAVE SAVE
UPTO UPTO UPTO
10% OFF 10% OFF 10% OFF

SPORTS NUTRITION IN PRACTICE



0.7
CECs
ACE→
APPROVED

19 กันยายน
2569

🕒 วันเสาร์ เวลา 09:00-17:00 น.
📍 FIT Thailand ถนนเพลินจิต กรุงเทพฯ
รถไฟฟ้า BTS เพลินจิต ทางออก 2 อาคารมหาทุนพลาซ่า



EDUCATOR

ครูโจ
ไกรยศ สุดสะอาด

อาจารย์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ ม.ธรรมศาสตร์ /
ประสบการณ์ฝึกสอนนักกีฬา
วอลเลย์บอลทีมชาติ

WWW.FITTHAI.COM

EARLY BIRD PROMO!

สมัคร
5,760.- THB
จากราคาปกติ 6,480.- บาท
(ไม่รวมค่าสมัคร - 500.- บาท)



ACCLAIMED
CURRICULUM

EXPERIENCED
FITNESS EDUCATORS

RECOGNISED
CERTIFICATION



FACE-TO-FACE
SMALL CLASS SIZE

RECOGNISED
CERTIFICATION

📷 FITTHAILAND.IG

📘 FIT.THAILAND

💬 @FIT.THAILAND

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมกับเจ้าหน้าที่ดูแลหลักสูตร โทร. 02 650 9242

SAVE SAVE SAVE
UPTO UPTO UPTO
10% OFF 10% OFF 10% OFF

INSTRUCTOR TRAINING

WWW.FITTHAI.COM

REGISTER NOW!

fit[®]
ORGANISED BY



CoreAlign 1

การอบรมครูสอน CoreAlign® แบ่งออกเป็น 2 หลักสูตร (Modules) โดยในแต่ละระดับจะมอบประสบการณ์การเรียนรู้ที่โดดเด่น เป็นการพัฒนาทักษะการเคลื่อนไหวเพื่อใช้งานได้อย่างถูกต้องทั้งกาย และสรีรศาสตร์ เหมาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ต้องการก้าวสู่การเป็นครูสอนมืออาชีพ

CoreAlign® 1: Foundations

หลักสูตรระดับพื้นฐานที่เป็นหัวใจสำคัญของโปรแกรม CoreAlign® เหมาะสำหรับครูสอนและผู้ที่ตั้งใจพัฒนาสู่การเป็นครูสอนมืออาชีพ ท่านจะได้เรียนรู้ตั้งแต่ทฤษฎีพื้นฐาน ไปจนถึงทำฝึกปฏิบัติที่จำเป็น เพื่อยกระดับทักษะการสอนและดึงศักยภาพสูงสุดของระบบ CoreAlign® ไปประยุกต์ใช้ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ



ครูบอม - อภิตติยา ไสนา

Experienced Pilates Educator, FIT Thailand
Founder, Pilates by Aesthetics / Pilates Educator, Balanced Body

Anatomy in Three Dimensions[™]
EDUCATOR



1.6
CECs
ACE
APPROVED

SAVE THE DATE

30, 01, 02

SEPTEMBER OCTOBER OCTOBER



DAY & TIME

เรียนวันพุธ วันพฤหัสบดี
เวลา 9:00 - 16:00 น.



VENUE

FIT Thailand, BTS สถานีเพลินจิต
(ทางออก 2) อาคารพลาว์ซ่า เฟลิมิวิต กรุงเทพฯ

EARLY BIRD PRICE

ราคาพิเศษ
สมัครเร็ว **21,060.-**^{THB}

(ปกติ 23,400.-)

ราคาปกติ **23,400** ต่อ 1 คน

*จ่ายก่อนถึงวันที่ 15 ตุลาคม 2565

WHY CHOOSE OUR TRAINING PROGRAM



ACCLAIMED
CURRICULUM



EXPERIENCED
PILATES EDUCATORS



RECOGNISED
CERTIFICATION



FACE-TO-FACE
SMALL CLASS SIZE

สอบถามรายละเอียดหลักสูตร โทร. 02-650-9242 หรือ LINE OA @fit.thailand

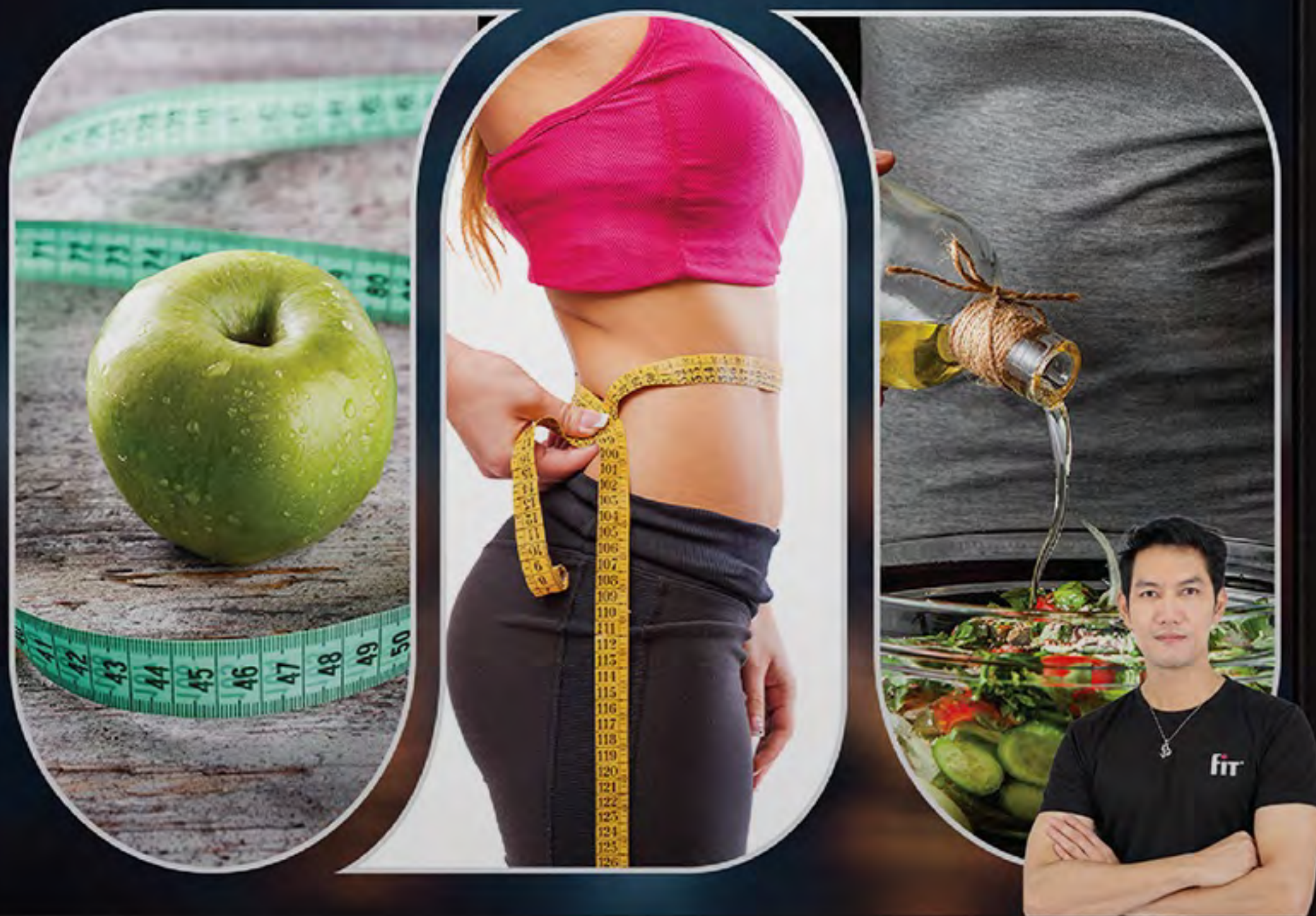
*Terms & conditions apply.

SAVE SAVE SAVE
UPTO UPTO UPTO
10% OFF 10% OFF 10% OFF

RECOMMENDED



ผลการสำรวจพบว่า **ร้อยละ 80** ของคนที่ออกกำลังกาย
มีเป้าหมายในการลดน้ำหนัก

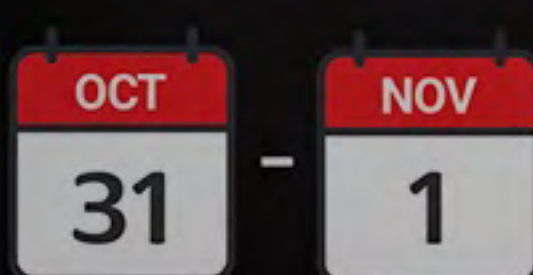


สอนโดย ... **ครูโจ - ไทรยศ สุดสะอาด**
ผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

WEIGHT LOSS SPECIALIST

หลักสูตรการออกแบบโปรแกรมออกกำลังกายสำหรับลูกค้า
กลุ่มควบคุมน้ำหนัก

1.2
CECs
ACE→
APPROVED



เรียนวันเสาร์ วันอาทิตย์ เวลา 09:00 - 16:00 น.

📍 **พบกับที่** FIT Thailand, เพลินจิต กรุงเทพฯ
รถไฟฟ้า BTS สถานีเพลินจิต ทางออก 2

📄 **ราคา Early Bird*** เหลือ **8,910 บาท**
(ราคาปกติ 9,900 บาท) หมดเขต 17 ตุลาคม 2569 เท่านั้น

*เงื่อนไขเป็นไปตามที่บริษัทกำหนด



สอบถามรายละเอียด โทร. **02 650 9242**

สอบถามรายละเอียดผ่าน LINE OA: @fit.thailand หรือ สแกน QR Code เพื่อลงทะเบียนออนไลน์



WWW.FITTHAI.COM

SAVE SAVE SAVE
UPTO UPTO UPTO
10% OFF 10% OFF 10% OFF



POWERED BY FTI GLOBAL

BUNDLE 02

RECOVERY TRAINING

RECOVER FASTER - TRAIN LONGER - PERFORM BETTER

Recovery is where adaptation actually happens, yet it's the most overlooked part of most training programs. Coaches need real tools to help clients recover well between sessions, not just train hard within them.



SOFT TISSUE & MOBILITY

Foam rolling, myofascial release and mobility work to reduce tightness and restore range of motion.



TRAINING LOAD

Recognise the signs of overtraining and fatigue, and adjust programming before they become injuries.



RECOVERY MODALITIES

Active recovery, stretching protocols, and contrast therapy techniques coaches can apply immediately.



RECOVERY HABITS

Help clients build sustainable between-session routines around sleep, hydration and downtime.

FORMAT & CERTIFICATION | 1-DAY INTENSIVE

ACE
EDUCATION
PARTNER

FITREC

RECOVERY TRAINING



31 OCT
SATURDAY



09:00 - 05:00
AM PM



FIT Thailand
BTS PLOENCHIT, BANGKOK

* English program with THAI Translation by Experienced Educator, FIT



PRESENTED BY

JACQ NG
Global Head of Education
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE (FTI)



PRESENTED BY

ALBERTO BOSSUM
International Fitness Educator
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE (FTI)



TRANSLATED INTO THAI BY

KELVIN-PANUWAT R.
Experienced Fitness Educator
FIT THAILAND

REGISTRATION FEE

6,900.- THB



ACCLAIMED CURRICULUM



FACE-TO-FACE SMALL CLASS SIZE



EXPERIENCED FITNESS EDUCATORS



PROVEN CERTIFICATION

SUPER BUNDLE PROMOTION!

DON'T MISS YOUR CHANCE TO SAVE UP TO 30% ON YOUR NEXT COURSES.

REGISTER MORE, SAVE MORE

10% OFF

SIGN UP 1 COURSE, GET 10% OFF (one-time only)

15% OFF

SIGN UP 2+ COURSES, GET 15% OFF (one-time only)

20% OFF

SIGN UP 4 COURSES, GET 20% OFF (one-time only)



GRADUATION DINNER WITH HOSTESS TRAINERS

HURRY! THIS OFFER IS VALID UNTIL OCTOBER 16, 2026.

TO FIND OUT MORE
WWW.FITTHAI.COM



POWERED BY FTI GLOBAL

BUNDLE 03

MOVEMENT PREPARATION

**RAISE
ACTIVATE
MOBILISE
POTENTIATE**

Leave with practical cues, exercise progressions and session applications

Movement Preparation by FTI Global, Delivered face-to-face in Thai, enables coaches to design movement preparation programs tailored to individual or group needs, teach, supervise and modify advanced warm-up exercises for mobility, activation and potentiation aswell as develop and assess safe, effective movement preparation programs.



RAISE

Elevate heart rate, breathing rate, and muscle temperature to prepare the body for work.



ACTIVATE

Switch on the key muscles that will be used during the session.



MOBILISE

Take joints and tissues through the ranges of motion the session demands.



POTENTIATE

Prime the nervous system with movement-specific drills for peak performance.

FORMAT & CERTIFICATION | 1-DAY INTENSIVE

ACE
EDUCATION
PARTNER

NASM
APPROVED
PROVIDER

FITREC

MOVEMENT PREPARATION



1 NOV
SUNDAY



09:00 - 05:00
AM PM



FIT Thailand
BTS PLOENCHIT, BANGKOK

* English program with THAI Translation by Experienced Educator, FIT

PRESENTED BY ...
TAREK MICHAEL CHOUJA
Founder of Functional Training Institute (FTI)



แปลภาษาไทย
โดย ... ภาณุวิชญ์ วงศ์บัณฑิต (Kelvin)
Experienced Fitness Educator, FIT Thailand

REGISTRATION FEE

6,900.- THB



ACCLAIMED
CURRICULUM



FACE-TO-FACE
SMALL CLASS SIZE



EXPERIENCED
FITNESS EDUCATOR



PROVEN
CERTIFICATION

SUPER BUNDLE PROMOTION!

DON'T MISS YOUR CHANCE TO SAVE UP TO 30% ON YOUR NEXT COURSES.

REGISTER MORE, SAVE MORE

10% OFF

SIGN UP 1 COURSE, GET 10% OFF

15% OFF

SIGN UP 2+ COURSES, GET 15% OFF

20% +

SIGN UP 4 COURSES, GET 20% OFF



GRADUATION
DINNER WITH
HOSTED TRAINERS

HURRY! THIS OFFER IS VALID UNTIL OCTOBER 16, 2026.

TO FIND OUT MORE
WWW.FITTHAI.COM



POWERED BY FTI GLOBAL

BUNDLE 04

fit®

FTI
GLOBAL
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE

THE INTEGRATED MOVEMENT COACH

FROM RESTORING FUNCTION TO COMPLEX PERFORMANCE.

A 2-day certification built on the Adaptive Functional Training System, a structured, five-step framework coaches use to assess, restore, build, and progress client movement from the ground up.

LOAD & BUILD STRENGTH

Introduce progressive loading strategies and advanced strength-building techniques.

DEVELOP MOVEMENT PATTERNS

Build patterns, through squatting, lunging, pushing and pulling for coordination and control.

RESTORE FUNCTION & MOVEMENT

Address mobility restrictions and movement dysfunction to establish a solid training foundation.

INTEGRATE COMPLEX MOVEMENT

Combine advanced, multi-planar movements to build neuromuscular coordination and real performance.

PROGRAM FEATURES

- ✓ Delivered in Thai, you will use functional tools: kettlebells, battling ropes, functional bags, suspended trainers, dumbbells & medicine balls
- ✓ 30+ hands-on exercises with progressions, regressions and real-world programming
- ✓ Practical sessions for one-on-one and small group training environments

FORMAT & CERTIFICATION | 2-DAY INTENSIVE

ACE
EDUCATION
PARTNER

NASM
APPROVED
PROVIDER

FITREC®

INTEGRATED MOVEMENT COACH



2-3 NOV
MONDAY, TUESDAY



09:00 - 05:00
AM PM



FIT Thailand
BTS PLOENCHIT, BANGKOK

* English program with THAI Translation by Experienced Educator, FIT

PRESENTED BY ...

TAREK MICHAEL CHOUJA
Founder of Functional Training Institute (FTI)



แปลภาษาไทย

โดย ... ภาณุวิชญ์ รงศ์บัณฑิต (Kelvin)
Experienced Fitness Educator, FIT Thailand

REGISTRATION FEE

10,900.- THB



ACCLAIMED CURRICULUM



PRO-TO-RACE SMALL GROUP SIZE



EXPERIENCED FITNESS EDUCATORS



PROVEN CERTIFICATION

SUPER BUNDLE PROMOTION!

DON'T MISS YOUR CHANCE TO SAVE UP TO 30% ON YOUR NEXT COURSES.

REGISTER MORE, SAVE MORE

10% OFF

SIGN UP 1 COURSE, GET 10% OFF YOUR NEXT COURSE

15% OFF

SIGN UP 2+ COURSES, GET 15% OFF YOUR NEXT COURSE

20% OFF

SIGN UP 4 COURSES, GET 20% OFF YOUR NEXT COURSE



GRADUATION DINNER WITH MASTER TRAINERS

HURRY! THIS OFFER IS VALID UNTIL OCTOBER 16, 2024.

TO FIND OUT MORE
WWW.FITTHAI.COM



POWERED BY FTI GLOBAL

BUNDLE 01



GROUND UP STRONG

FUNDAMENTALS OF MOVEMENT & LONGEVITY

SUPPORTING MATURE CLIENTS AND THEIR MOVEMENT WITH GREATER CONFIDENCE, BALANCE, AND INDEPENDENCE.

A full-day course helping fitness professionals, movement coaches, and therapists rediscover and coach the foundational human movements of getting down to and up from the ground. Falls remain the leading cause of injury in adults over 65. Coaches working with older clients need real tools to rebuild that capability before it's lost. Delivered face-to-face in Thai by Calvin this November.



GROUND-BASED TRANSITIONS

Coach the fundamental skills of getting down to, and up from, the floor safely and efficiently.



COORDINATION & LONGEVITY

Build the coordination and centre-of-mass control that keeps older clients stable on their feet.



FALL-PREVENTION

Apply movement-quality principles that reduce fall and injury risk in older clients.



INDEPENDENCE

Program across ability levels to help older clients maintain functional independence for longer.

FORMAT & CERTIFICATION | 1-DAY INTENSIVE

ACE
EDUCATION
PARTNER

FITREC

GROUND UP STRONG



30 OCT
FRIDAY



09:00 - 05:00
AM PM



FIT Thailand
BTS PLOENCHIT, BANGKOK

* English program with THAI Translation by Experienced Educator, FIT



PRESENTED BY

JACQ NG

Global Head of Education
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE (FTI)



PRESENTED BY

ALBERTO BOSSUM

International Fitness Educator
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE (FTI)



TRANSLATED INTO THAI BY

KELVIN-PANUWAT R.

Experienced Fitness Educator
FIT THAILAND

REGISTRATION FEE

6,900.- THB



ACCLAIMED CURRICULUM



FACE-TO-FACE SMALL CLASS SIZE



EXPERIENCED FITNESS EDUCATORS



PROVEN CERTIFICATION

SUPER BUNDLE PROMOTION!

DON'T MISS YOUR CHANCE TO SAVE UP TO 30% ON YOUR NEXT COURSES.

REGISTER MORE, SAVE MORE

10% OFF

SIGN UP 1 COURSE, GET 10% OFF

15% OFF

SIGN UP 2+ COURSES, GET 15% OFF

20% OFF

SIGN UP 4 COURSES, GET 20% OFF



GRADUATION DINNER WITH MASTER TRAINERS

HURRY! THIS OFFER IS VALID UNTIL OCTOBER 16, 2026.

TO FIND OUT MORE
WWW.FITTHAI.COM



NEW! COURSE BUNDLES



5 DAYS OF APPLIED

COACH EDUCATION

The FTI Coaching Experts is coming to FIT Thailand to help coaches assess better, program smarter and deliver stronger results for every client in front of them.

30 OCTOBER - 3 NOVEMBER 2026



โอกาสที่จะได้เรียนกับ ต้นฉบับซีรีส์ 4 หลักสูตร มาถึงแล้ว

REGISTER MORE ! SAVE MORE! UP TO 20% OFF

"ยกระดับทักษะการโค้ชระดับมืออาชีพใน 5 วัน ผ่านซีรีส์ 4 หลักสูตรระยะสั้นจาก FTI Global ก่อแบบเนื้อหาเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ผู้เรียนต่อยอดความรู้และเจาะลึกเทคนิคได้อย่างมีประสิทธิภาพ"



TRANSLATED INTO THAI BY
KELVIN-PANUWAT
EXPERIENCED FITNESS EDUCATOR
FIT Thailand

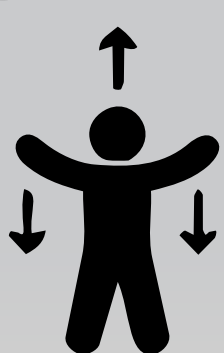
INTERNATIONAL ACCREDITATION



WWW.FITTHAI.COM

GROUND UP STRONG

OCTOBER
30
FRIDAY



๑ สร้างพื้นฐานการเคลื่อนไหวให้แข็งแรง

เรียนรู้การเคลื่อนไหวของร่างกายจากพื้นฐาน การเปลี่ยนท่าทาง การควบคุมจุดศูนย์ถ่วง การทำงานประสานกันของร่างกาย และการออกแบบโปรแกรมเพื่อป้องกันและช่วยลดความเสี่ยงจากการหกล้ม

1-DAY PROGRAM Ground-based transitions, centre of mass control, coordination, and fall prevention programming.

RECOVERY TRAINING

OCTOBER
31
SATURDAY



การฝึกภาคปฏิบัติเพื่อการฟื้นฟู

เรียนรู้เครื่องมือและแนวทางที่นำไปใช้ได้จริงบนพื้นฐานของหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ เพื่อช่วยดูแลเนื้อเยื่ออ่อน การเลือกใช้เทคนิคในการฝึกและการแนะนำพฤติกรรมในการฟื้นฟูร่างกายให้ถูกต้อง

1-DAY PROGRAM Practical, evidence-based tools for soft tissue work, load management and coaching client recovery habits.

MOVEMENT PREPARATION

NOVEMBER
01
SUNDAY



เตรียมร่างกายให้พร้อมการเคลื่อนไหว

เรียนรู้การออกแบบโปรแกรมอบอุ่นร่างกายที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล สร้างความมั่นใจในการสอน การดูแลลูกเทรน และการปรับรูปแบบการฝึก โดยประยุกต์ใช้ร่วมกับการฝึกรูปแบบ RAMP (Raise, Activate, Mobilize, Potentiate)

1-DAY PROGRAM Build tailored warm-up programs and confidently teach, supervise and modify RAMP- based session.

INTERGRATED MOVEMENT COACH

OCTOBER
2-3
MON, TUE



๑ โค้ชการเคลื่อนไหวแบบบูรณาการ

เรียนรู้กรอบการทำงาน 5 ขั้นตอนเพื่อฟื้นฟูความสามารถในการเคลื่อนไหว, พัฒนารูปแบบการเคลื่อนไหว, การวางพื้นฐานการรับแรง และการฝึกเสริมสร้างความแข็งแรง และผสานการเคลื่อนไหวที่ซับซ้อน เพื่อยกระดับการโค้ชให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2-DAY PROGRAM Practical, A 5-step framework to restore function, develop patterns, load foundations, build strength, integrate complex movement.

5 DAYS OF APPLIED COACH EDUCATION

The FTI Coaching Experts is coming to FIT Thailand to help coaches assess better, program smarter and deliver stronger results for every client in front of them.

30 OCTOBER - 3 NOVEMBER 2026



โอกาสที่จะได้เรียนกับ ต้นฉบับซีรีส์ 4 หลักสูตร มาถึงแล้ว

REGISTER MORE ! SAVE MORE! UP TO 20% OFF

"ยกระดับทักษะการโค้ชระดับมืออาชีพใน 5 วัน ผ่านซีรีส์ 4 หลักสูตรระยะสั้นจาก FTI Global ที่ออกแบบเนื้อหาเชื่อมโยงกันอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ผู้เรียนต่อยอดความรู้และเจาะลึกเทคนิคได้อย่างมีประสิทธิภาพ"



WWW.FITTHAI.COM

INTERNATIONAL ACCREDITATION

ACE
APPROVED

AUSActive

FITREC

NASM
APPROVED
PROVIDER

GROUND UP STRONG

OCTOBER
30
FRIDAY



๑ สร้างพื้นฐานการเคลื่อนไหวให้แข็งแรง

เรียนรู้การเคลื่อนไหวของร่างกายจากพื้นฐาน การเปลี่ยนท่าทาง การควบคุมจุดศูนย์ถ่วง การทำงานประสานกันของร่างกาย และการออกแบบโปรแกรมเพื่อป้องกันและช่วยลดความเสี่ยงจากการหกล้ม

1-DAY PROGRAM Ground-based transitions, centre of mass control, coordination, and fall prevention programming.

RECOVERY TRAINING

OCTOBER
31
SATURDAY



๑ การฝึกภาคปฏิบัติเพื่อการฟื้นฟู

เรียนรู้เครื่องมือและแนวทางที่นำไปใช้ได้จริงบนพื้นฐานของหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ เพื่อช่วยดูแลเนื้อเยื่ออ่อน การเลือกใช้ไม้เท้าในการฝึกและการแนะนำพฤติกรรมในการฟื้นฟูร่างกายให้ถูกต้อง

1-DAY PROGRAM Practical, evidence-based tools for soft tissue work, load management and coaching client recovery habits.

MOVEMENT PREPARATION

NOVEMBER
01
SUNDAY



๑ เตรียมร่างกายให้พร้อมการเคลื่อนไหว

เรียนรู้การออกแบบโปรแกรมอบอุ่นร่างกายที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล สร้างความมั่นใจในการสอน การดูแลลูกเทรน และการปรับรูปแบบการฝึก โดยประยุกต์ใช้ร่วมกับการฝึกรูปแบบ RAMP (Raise, Activate, Mobilize, Potentiate)

1-DAY PROGRAM Build tailored warm-up programs and confidently teach, supervise and modify RAMP- based session.

INTERGRATED MOVEMENT COACH

NOVEMBER
2-3
MON, TUE



๑ โค้ชการเคลื่อนไหวแบบบูรณาการ

เรียนรู้กรอบการทำงาน 5 ขั้นตอนเพื่อฟื้นฟูความสามารถในการเคลื่อนไหว, พัฒนารูปแบบการเคลื่อนไหว, การวางพื้นฐานการรับแรง และการฝึกเสริมสร้างความแข็งแรง และความสามารถเคลื่อนไหวที่ซับซ้อน เพื่อยกระดับการโค้ชให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

2-DAY PROGRAM Practical, A 5-step framework to restore function, develop patterns, load foundations, build strength, integrate complex movement.



5 DAYS OF APPLIED COACH EDUCATION

30 OCTOBER - 3 NOVEMBER 2026



FTI COURSE TITLE 	Registration Fees and Promotion REGISTER MORE ! SAVE MORE! UPTO 20% OFF			
	Regular rate	10% OFF Register 1 course	15% OFF  Register 2-3 courses	20% OFF +  Graduation Dinner Register 4 courses
Ground Up Strong (Fundamentals of Movement & Longevity)	6,900	6,210	5,865	5,520
Recovery Training	6,900	6,210	5,865	5,520
Movement Preparation	6,900	6,210	5,865	5,520
Integrated Movement Coach	10,900	9,810	9,265	8,720
 BUNDLE PROMO! SAVE UP TO 20% OFF	จากราคาปกติ 31,600.- เมื่อลงทะเบียน 4 คอร์ส	ลดเหลือ 25,280.- เมื่อลงทะเบียน 4 คอร์ส	+ GRADUATION DINNER WITH MASTER TRAINERS SAVE 6,320.-	



PRESENTED BY

TAREK-TAREK CHOUJA

Co-Founder, FTI Global
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE GLOBAL

REGISTER NOW!

WWW.FITTHAI.COM

PRESENTED BY

JACQ NG

Global Head of Education
FUNCTIONAL TRAINING INSTITUTE (FTI)

