



陳品詒 (小豬教練)

Pin-Yi Chen

經歷 EXPERIENCE

- 朕豪大酒店休閒中心/私人教練
- WaCare遠距社群/運動專家
- 心運動體能訓練中心/特約教練
- 銀髮族/成人/親子/一對一健身拳擊體適能教練
- 衛福部長照2.0銀髮族循環體適能教練

證照 QUALIFICATIONS

- ACE-CPT美國運動委員會私人教練
- THUMP BOXING/澳洲健身拳擊與踢拳擊L1+2
- THUMP BOXING/澳洲高階踢拳擊L3
- 銀髮族循環體適能教練
- 體適能健身C級運動指導員
- 紅十字會AED+CPR急救證照

專長 SPECIALTIES SPECIALTIES

- 增肌減脂Muscle growth / Fat loss
- 體態矯正 Posture correction
- 功能性訓練 Functional training
- 健身體適能拳擊 THUMP BOXING Level 1 & Advanced
- Instructor Courses & Super KickBox Course
- 銀髮族循環式訓練 Circuit training for seniors

