

北京健康管理协会

运动管理师（初级）培训班第二轮通知

为贯彻“健康中国 2030”规划纲要精神，发挥运动在健康促进、慢性病预防和康复等方面的积极作用，弥补健康管理从业者运动相关专业知识的不足，培养运动健康管理人才，由北京健康管理协会联合北京体育科学学会主办，体医融合健康管理分会与北京航天总医院、北京迈动健康体医融合服务中心承办的第二届运动管理师（初级）培训班将于 2019 年 6 月举办。有关事项通知如下：

（一）培训对象

医院、社区、体检机构从事健康相关行业的人员。

（二）培训内容

以国际公认的运动处方理论体系、评估体系和应用体系为培训主要内容，包括：

- 1、运动人体科学概论；运动前评价与测试实践；心肺运动试验相关原理及标准化流程；
- 2、运动处方的基本理论，有氧运动、抗阻训练、柔韧练习等训练原则与现场实践；运动损伤基本防护；
- 3、超重肥胖以及慢性疾病等不同人群的运动处方制定及实施；

4、实操练习等。

课程设置

时间		授课内容	授课教师	学时
6月13日 (周四)	8:30-8:45	开班仪式		
	8:45-9:30	运动与健康一体医融合模式下的体育角色	安江红 北京市体育科研所所长	1
	9:40-11:40	运动前的健康筛查与风险评估与运动处方的制定	邱俊强 北京体育大学教授	2
	11:40-13:00	午餐、午休		
	13:00-15:00	健康相关的体质测试与评价	李然 国家体育总局科研所副研究员	2
	15:00-16:00	健康相关体质测试操作规范及实操		1
时间		授课内容	授课老师	学时
6月14日 (周五)	8:30-9:30	心肺运动试验相关基础知识	丁荣晶 北京大学人民医院 心血管内科 副主任医师	1
	9:40-11:50	心肺运动试验 CPET 标准化流程及相关数据的正常值解读		2
	11:50-13:00	午餐、午休		
	13:00-15:00	有氧运动运动处方的制定	魏文哲 北京体育科研所 中心实验室主任	2
	15:10-16:10	有氧运动运动处方实践		1

时间		授课内容	授课教师	学时
6月15日 (周六)	8:30-10:30	力量练习运动处方的制定	谭京京 北京体育科研所全民健身研究室主任	2
	10:40-11:40	力量练习运动处方实践		1
	11:50-13:00	午餐、午休		
	13:00-14:00	柔韧性训练及其处方制定	陈秀娟 北京体育科学研究所博士	1
	14:10-16:10	运动损伤与防护案例分析	侯世伦 北京体育大学运动医学与康复学院副教授	2
时间		授课内容	授课老师	学时
6月16日 (周日)	8:30-10:30	体重控制运动处方的制定与实施	张漓 国家体育总局科研所研究员	2
	10:40-12:10	慢性病患者运动处方的制定与实施	王维民 301医院健康管理研究院康复科主任	1.5
	12:20-13:30	午餐、午休		
	13:30-15:00	实操练习	体医融合服务中心	1.5
	15:10-16:10	结业考试	协会	1

(三) 培训收费

培训费：北京健康管理协会会员单位 1000 元/人，非会员单位 1200 元/人。

(四) 培训时间地点

报到时间：2019年6月13日 7:30-8:30

培训时间：2019年6月13、14、15、16日 8:30-16:10

地点：北京航天总医院多功能厅

（五）报名事宜

1、报名方法

请登录北京健康管理协会官方网站 www.bjjkgllxh.org 首页通知公告栏查看会议通知下载报名回执，并将报名回执电子版发送至分会邮箱 tyrhfwzx@163.com

2、报名时间：即日起至2019年5月30日

（六）缴费事宜

1、付款方式：银行汇款、支票、现金或微信收款均可；

2、缴费时务必提供本单位纳税人识别号；

汇款账户信息：

收款单位：北京迈动健康体医融合服务中心

开户银行：招商银行北京万泉河支行

银行账号：110929849710901

3、缴费后请务必将缴费凭证（照片）、发票信息、邮寄地址、联系人姓名电话等发送至分会邮箱 tyrhfwzx@163.com，如需当月收取发票，请备注；其他可现场报道时领取。

4、为避免培训当天注册及缴费等候时间过长，请尽量于培训前办理缴费手续；

（七）学分管理

培训为北京市继续医学教育项目，培训结束将授予北京市级学分6分，项目编号[2019-12-07-034(京)]。培训结束后将授予

北京市级学分，请务必携带学分卡。

（八）其他

1、培训考试合格将发放运动管理师培训证书，请携带近期 2 寸白底照片一张。

2、交通路线

公交：乘坐公交快速 1 号、运通 115 路等在东高地站下车；
或乘坐 576 路、997 路、运通 115 线等在万源路站下车；

地铁：乘坐 8 号线至火箭万源站下车，B2 出口出行走 600 米即可到达北京航天总医院；

驾车路线：从南四环大红门桥向南，沿南苑路直行，三营门后左转一公里即到达北京航天总医院。

3、报到事宜

6 月 13 日上午 7:30-8:30 北京航天总医院多功能厅报到，现场领取发票（请确认是否已将发票开具信息发送至邮箱）、教学材料、餐券等培训资料。

远途学员可提前一天（6 月 12 日）报道，拨打联系电话，接待安排住宿。

4、食宿安排

培训期间（6 月 13、14、15、16 日）提供免费午餐和茶水；餐券报到时领取。

附近宾馆：

长征宾馆：北京市丰台区南大红门路 1 号；标准单/双：398 元/天；订房电话：010-68380138

华驿易居酒店：北京市丰台区东高地南街 9 号；特惠单人间

159 元/天、标准双间 259 元/天、标准大床房 199 元/天；订房

电话：010-61646606

如需会务组代为预定，请提前 4-7 天拨打会务电话咨询：

18301526545。

地址：北京航天总医院健康管理中心 12 层

联系方式：88521183、18301526545（阮桂云）、13552430590（邹煦）

邮箱：tyrhfwzx@163.com



2019 年 4 月

附件：运动管理师（初级）培训班报名回执