

# HYPERBLADE FUNDAMENTALS

NỀN TẢNG HYPERBLADE

## THÔNG TIN KHÓA HỌC

### TỔNG QUAN

- Một phương pháp phục hồi chức năng mới mang lại **hiệu quả ngay lập tức**, giúp bạn và khách hàng quay trở lại hoạt động **NHANH CHÓNG** bằng cách phục hồi và cải thiện khả năng vận động.
- Tìm hiểu về công dụng và lợi ích của phương pháp **IASTM** (*di động mô mềm có dụng cụ hỗ trợ*) trong phục hồi.
- Đây là một công cụ có **sử dụng điện**, thay thế hiệu quả cho foam-roller, giải phóng điểm kích hoạt (*trigger point*), và giãn cơ trong việc phục hồi mô mềm toàn thân.
- Ứng dụng kỹ năng sử dụng Hyperblade trong phần khởi động để cải thiện độ linh hoạt trước khi tập luyện; đồng thời đẩy mạnh tốc độ phục hồi và giảm căng cơ sau buổi tập.
- Khóa học kéo dài 1 ngày, trong đó **80%** thời lượng là **thực hành kỹ thuật** Hyperblade trên cơ thể thật.
- Học cách kết hợp chuyển động chủ động của khách hàng với Hyperblade để cải thiện khả năng vận động **trước và sau** buổi phục hồi.

### MỤC TIÊU

- ✓ Học kỹ thuật sử dụng Hyperblade để giảm trương lực cơ, giảm axit lactic, giải phóng cơ căng cứng, hỗ trợ phát triển cơ bắp, giảm đau và tăng lưu thông máu.
- ✓ Làm chủ và tối ưu kỹ thuật sử dụng Hyperblade: lực tác động, vị trí, góc độ, thời gian – áp dụng cho bản thân và khách hàng.
- ✓ Hiểu quy trình an toàn và các chống chỉ định khi dùng Hyperblade với khách hàng có tình trạng sức khỏe khác nhau.
- ✓ Ứng dụng Hyperblade đúng cách cho từng vùng cơ thể: bàn chân, gối, hông, lưng, vai, cổ... với cách thức phù hợp.

## ĐỐI TƯỢNG THAM GIA

Các chuyên gia đang hoạt động trong các lĩnh vực sau:

- Huấn luyện viên thể dục - thể hình (fitness trainer)
- Huấn luyện viên chuyên về chuyển động cơ thể
- Chuyên gia huấn luyện thể lực (strength & conditioning)
- Chuyên viên chăm sóc sức khỏe

## TIÊU CHÍ ĐĂNG KÝ

- Ưu tiên ứng viên có chứng chỉ Huấn luyện viên Cá nhân được công nhận.
- Nếu ứng viên chưa có chứng chỉ nhưng hoạt động trong các ngành liên quan sẽ được xem xét tham gia tùy theo từng trường hợp cụ thể.



## THÔNG TIN KHÓA HỌC

### Ngôn ngữ giảng dạy:

- Tiếng Anh và Tiếng Việt

### Thời gian:

- 8 giờ học
- Thực hành trực tiếp tại lớp

### Số lượng học viên:

- Tối đa 25 học viên (1 giảng viên chính và 2 trợ giảng)

## ĐIỂM TÍN CHỈ GIÁO DỤC LIÊN TỤC (CECS)

- 0.8 CEC từ ACE
- 0.8 CEC từ NASM

## DỤNG CỤ HỌC TẬP

- Tài liệu khóa học bằng tiếng Việt hoặc Anh
- Dụng cụ Hyperblade



# HYPERBLADE FUNDAMENTALS

THÔNG TIN KHÓA HỌC

## GIẢNG VIÊN



### STEVEN CHEW

- Giảng viên cấp cao chương trình HYPERBLADE FUNDAMENTALS
- Nhà sáng lập Fitness Academy Asia

**FAA**  
Fitness Academy  
ASIA

## THÔNG SỐ KỸ THUẬT HYPERBLADE



**Kích thước:** 146 × 10.5 × 30mm

**Chất liệu:** Hợp kim kẽm + nhựa + gel silica

**Nguồn vào:** 5V – 1A

**Công suất:** ≤ 0.8W

**Dung lượng pin:** 1100mAh

**Tần số rung:**

- Cấp 1: 8000 vòng/phút
- Cấp 2: 10.000 vòng/phút
- Cấp 3: 12.000 vòng/phút

**Tự động ngắt bảo vệ:**

Tự tắt sau 1 phút nếu không tiếp xúc da.

**Dòng điện vi mô:**

- Cấp 1: 43.6V – 5mA
- Cấp 2: 52.6V – 7mA
- Cấp 3: 62V – 9mA

**HYPERBLADE ĐƯỢC CẤP MIỄN  
PHÍ TRONG KHÓA HỌC NÀY**



## HYPERBLADE FUNDAMENTALS



### VẬT DỤNG CẦN THIẾT

- Sổ ghi chép và bút viết
- Trang phục thể thao (quần đùi, áo thun, áo tập luyện)



### ĐÁNH GIÁ

Không yêu cầu bài kiểm tra cho khóa học này. Học viên cần tham gia đầy đủ phần thực hành trực tiếp trong khóa học để đảm bảo hiểu rõ các kỹ thuật và phương pháp đã học.



### CHỨNG NHẬN

Chứng chỉ hoàn thành khóa học sẽ được cấp bởi tổ chức **CERF Global**.

## NỘI DUNG BUỔI HỌC

Lý thuyết về IASTM và kiến thức sản phẩm

Chống chỉ định và các lưu ý an toàn

Kỹ thuật áp dụng và cách đánh giá vùng cổ

Kỹ thuật áp dụng và cách đánh giá vùng vai

Kỹ thuật áp dụng và cách đánh giá vùng hông chậu

Kỹ thuật áp dụng và cách đánh giá vùng gối

Kỹ thuật áp dụng và cách đánh giá vùng bàn chân - cổ chân

## ĐĂNG KÝ

- Đăng ký hoàn tất sau khi thanh toán được xác nhận.
- Đối với đăng ký nhóm, vui lòng liên hệ để biết thêm thông tin ưu đãi.

## THÔNG TIN LIÊN HỆ

- Email: [info.faavn@gmail.com](mailto:info.faavn@gmail.com)
- Whatsapp: (+84) 975 718 165
- Website: [www.fitnessacademyasia.com](http://www.fitnessacademyasia.com)

Miễn trừ trách nhiệm: Không hoàn tiền trừ khi lớp học bị hủy bởi FAA. Tất cả các đăng ký thành công và không có hoàn tiền. Trong trường hợp bạn cần hủy hoặc thay đổi lịch, vui lòng liên hệ với chúng tôi qua số (+84) 975 718 165.