

老人肌力訓練工作坊－理論班

主辦單位：中華民國骨質疏鬆症學會、FFN Taiwan

協辦單位：台灣運動醫學醫學會、台灣運動物理治療學會

日期時間：2026 年 7 月 4 日(六) 13:00-17:10

地點：台大北護分院文教大樓 2 樓第一會議室 (預計人數：80 人)

報名費：主協辦學會會員 1000 元，非上述會員 2000 元

完訓學員授予參訓證明。

議程：

時間	題目	講者	座長
13:00-13:20	報到		
13:20-14:10	肌少骨鬆衰弱之評估與診斷	韓德生教授	詹鼎正院長
14:10-15:00	運動風險管理：評估與傷害預防	陳思遠主任	韓德生理事長
15:00-15:20	茶點休息		
15:20-16:10	運動心理學：如何改變運動行為	洪聰敏教授	林頌凱理事長
16:10-17:00	阻力訓練處方	吳易澄醫師	黃駿豐主任
17:00-17:10	Closing	All	