

资历

国际认证人体学运动学家

运动科学家

体适能教练

洲际认证奥运举重教练

健身教练



Snap Fitness Sunnybank
289 McCullough St
Sunnybank QLD 4109

联络

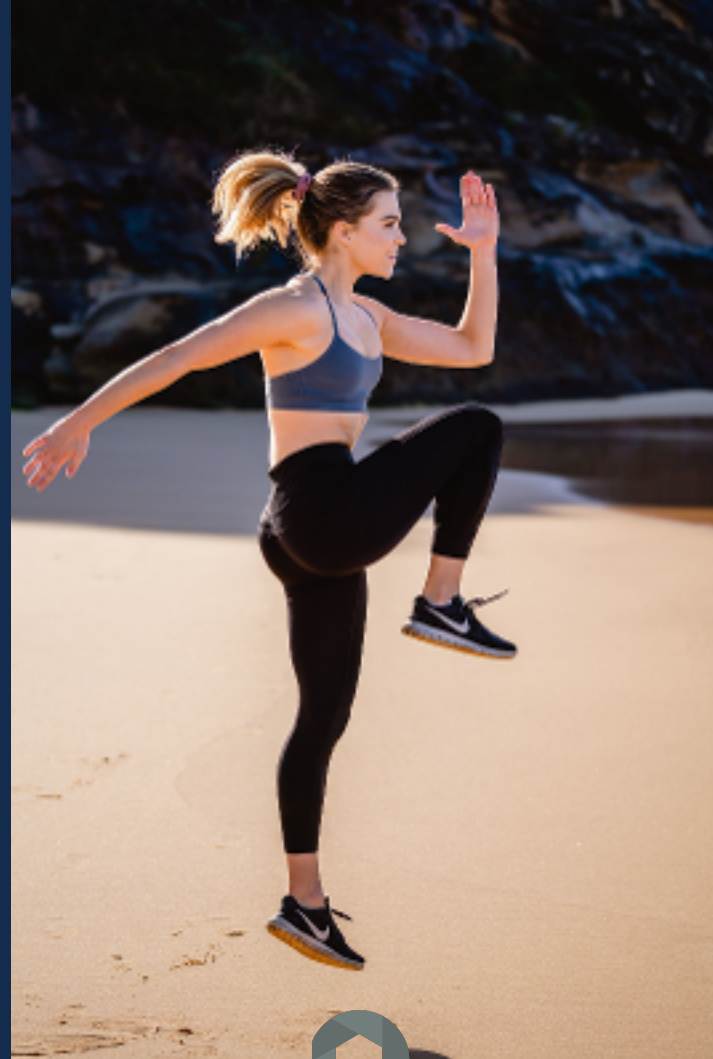
Harry Yip

0466104383

elevateeepservice@outlook.com

我们的目标是帮助您打造一个健康的生活方式,让您能独立生活.

您不需要舍弃您喜欢的事情,我们协助您做回您喜欢的事情.



**ELEVATE SPORT
PERFORMANCE
AND
REHABILITATION**



运动是良药

我们热衷于通过有效的运动帮助大众提升运动表现和改善健康

运动可以帮您：

- 增加肌肉量和加强力量
- 减少染上疾病的机率
- 减少压力
- 减少疲乏/忧郁
- 减低跌倒的风险
- 减低血压/胆固醇
- 促进心脏/肺部功能和健康
- 改善平衡和身体协调
- 增加柔韧度和关节有效活动幅度
- 帮助手术和创伤后回复
- 体重管理
- 改善睡眠

服务范围

- ▶ 体能评估
- ▶ 运动处方
- ▶ 加强力量和体能
- ▶ 复健
- ▶ 慢性疾病管理
 - 心脏/肺部疾病
 - 高血压/胆固醇
 - 糖尿病
 - 肌肉、骨骼与平衡问题/骨关节炎
 - 神经肌肉疾病 / 帕金森
 - 过重/肥胖症
 - 焦虑症/忧郁症
 - 骨骼疏松
 - 癌症
 - 肾病

时间表

星期一到五: 下午4点后

周末: 请预约

资助计划

国家残障保险计划 NDIS

私人医保 Private Health Insurance

国民医保 Medicare with Chronic
Disease Management Plan

工伤保险 Work cover