

1986 - 1995



創會會員合照(前排中間者為已故創會會長徐展堂先生、前排右一為已故永遠榮譽會員蔡德培先生)。在已故前港協暨奧委會副秘書長賴汝榮先生協助下，本會被港協暨奧委會認可，成為列席會員機構。



1986 年警務處向香港體適能總會發出的「豁免社團登記證明書」



後期的電腦打字本《體適能脈絡》



1993 年出版《香港在職人士體適能及生活方式調查報告》



創會初期的手寫本《體適能脈絡》

1996 - 2000



水中健體導師證書課程學員合照



1996 年協助市政局及區域市政局推廣「優質健行一點綠」計劃



1996 年出席「第四屆全民健身科學論文報告會」



水中健體導師培訓的上課情況

1996 - 2000



早期的「ACSM 健康體適能指導員證書課程」學員合照



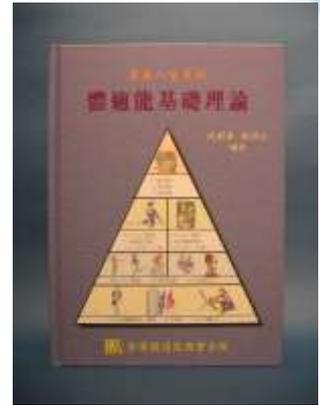
1998 年邀請美國運動醫學學院(ACSM)代表來港進行交流



1993 年出版《香港在職人士體適能及生活方式調查報告》



2000 年香港公司註冊處向中國香港體適能總會發出「公司註冊證書」



1998 年首次出版《康盛人生系列—體適能基礎理論》

2001 - 2005



2001 年遷入旺角琪恆中心會址



2004 年舉行首屆優秀健體教練選舉



為政府出版的普及健體教材提供專業指導



與康樂及文化事務署及衛生署合作，推廣「普及健體運動計劃」

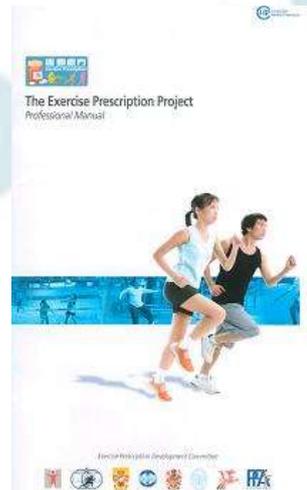
2001 - 2005



2005 年協助康樂及文化事務署全面提升健身室服務，為「正確使用健身室設施簡介會及指導課」提供專業諮詢服務



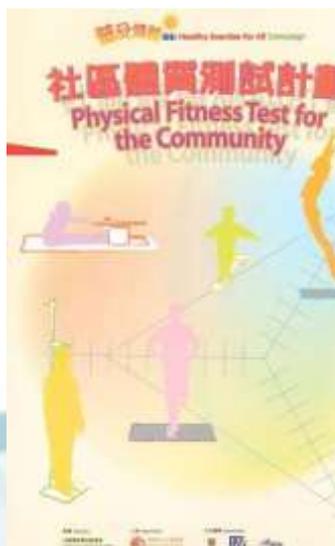
「運動處方計劃」出版的病人資訊錦囊



2005 年始，聯同衛生署及香港醫學會等專業組織，策劃「運動處方計劃」



派出代表到廣州市體質監測中心交流，為推行「2005-2006 普及健體運動 - 社區體質測試計劃」作準備會，策劃香港自開埠以來最大型的社區體質測試活動



2005 年加入「普及健體運動 - 社區體質測試計劃」諮詢委員



「正確使用健身室設施簡介會」的宣傳材料



「2005-2006 普及健體運動 - 社區體質測試計劃」開展禮盛況



社區體質測試員為市民進行體質測試情況

2006 - 2010



2006年適逢慶祝創會20周年，執行委員會進行集思會



出席「2005-2006 普及健體運動 - 社區體質測試計劃」新聞發佈會



2006年出版《康盛人生系列—體適能基礎理論》第二版



出版《電子體適能脈絡》，順利將會員網絡優化及電子化



「2007 兩岸四地體適能論壇」宣傳海報



聯同華人運動生理及體適能學者學會和香港運動醫學及科學學會，將 Journal of Exercise Science & Fitness 定為「官方指定學術期刊」會，策劃香港自開埠以來最大型的社區體質測試活動



舉辦「2007 兩岸四地體適能論壇」，主題為「和諧社會，健康體能」，匯聚兩岸四地(包括北京、上海、南京、廣州、臺灣、香港及澳門等地區)的體適能及運動科學專家學者



聯同國際扶輪社 3450 地區、港協暨奧委會和教育局，攜手舉辦「扶輪活力健康迎奧運」大型活動

2006 - 2010



2008 年與教育局和香港兒童健康基金合辦「中、小學體適能獎勵計劃」



開辦「屯民運動大使培訓課程」



2007 年始，於屯門區策劃「屯民運動系列活動」，推動區內普及體育的參與

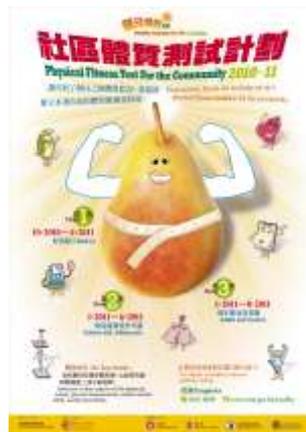


同年開始與教育局合作進行有關學生體適能項目的先導性研究計劃

2011 - 2015



社區體質測試員為幼兒進行體質測試情況



「2010-2011 普及健體運動 - 社區體質測試計劃」宣傳海報



協助康樂及文化事務署於全港十八區推動「全民運動日」



「2012 全民運動日」宣傳海報

2011 - 2015



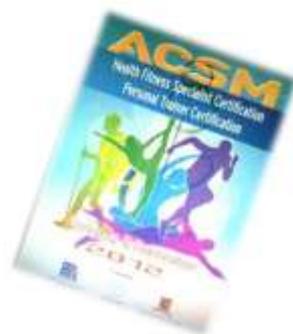
繼續與 ACSM 合作舉辦
「ACSM 健康體適能專家證書」
培訓工作坊



2011 年 7 月舉行「新會址開幕典禮」



2011 年 4 月，獲黃平山會長的鼎力支持，將總會辦事處喬遷往尖沙咀山林道的新會址



引入「ACSM 私人教練證書」的
培訓工作坊



「PFA 2012 PACE 健康體適能挑戰賽」
比賽盛況



2011 年將漸進式心肺耐力跑 (Progressive Aerobic Cardiovascular Endurance Run, PACER) 測試改良，創作成團隊性的健康體適能挑戰賽，並於 2012 年於大型商場舉行「PFA 2012 PACER 健康體適能挑戰賽」



舉辦「2012 兩岸四地體適能論壇暨研討會」聚集兩岸四地(包括北京、上海、南京、廣州、深圳、珠海、臺灣、香港及澳門等地區)的專家學者為解決都市人體力活動不足的問題出謀計策



舉辦「2012 香港親子體適能與運動博覽」宣揚家庭體育

2011 - 2015



支持港協暨奧委會向市民宣揚奧林匹克精神，並倡導全民運動訊息



繼續聯同衛生署及香港醫學會等專業組織，加入「運動處方計劃發展委員會」，為衛生署出版的《運動處方—醫生手冊》提供學術及專業意見



協辦本地體育雜誌所舉辦的大型運動博覽會



支持衛生署「健康在職計劃」



在本會專業證書架構內設立「PFA 體適能綜合能力評核計劃」，系統化地評量學員的體適能狀況



定期為職安局職安健學院舉辦運動訓練課程



與灣仔區康樂及文化事務署及灣仔區議會，定期開辦「Good Fit 活力計劃」，為居民提供多元化的健體訓練活動



持續地協辦衛生署「我好叻社區健康推廣計劃」



定期舉辦大型會員康樂活動



本會與大型商場及精英運動員合作，在聖誕佳節宣揚健康運動訊息

2016 至今



與不同行業工會合作舉辦職安健運動工作坊



本會教練與精英運動員在第六十屆香港體育節向市民大眾示範健體運動



繼續得到各大專院校、紀律部隊、社區體育組織及工商機構支持，於大型商場舉行「PFA 2016 PACER 健康體適能挑戰賽」



與香港體育學院合作，為學校體育推廣主任舉辦「學校體適能及健身設施管理證書課程」



與不同社區團體合作舉辦康體活動



持續為香港理工大學提供學生體適能測試服務



與臺東大學劉美珠教授合作，將身心伸展運動引入香港，並定期開辦具特色的「伸展訓練導師證書課程」



與臺灣有氧體能運動協會合作，定期開辦「團體有氧運動導師證書課程」



獲香港賽馬會慈善信託基金捐助，主辦「賽馬會學童 Keep-Fit 方程式」項目，為下一代創建更有利於體能與健康發展的校園及家庭環境



與香港醫學會、香港西醫工會、香港物理治療師學會、香港運動醫學及科學學會、香港復康會、香港肥胖醫學學會、香港精神健康促進會、香港中文大學體育運動科學系及香港大學合作，推動「運動是良藥·香港」項目，倡議將運動鍛鍊融入病者的治療方案之中，認定運動鍛鍊是疾病預防及疾病治療的必需元素，確認將運動鍛鍊參與狀況納入恆常醫療評估的範圍之內。

2016 至今



主辦「粵港澳水中健體比賽暨匯演」，慶祝香港回歸及香港特別行政區政府成立二十周年



組織供會員參與的康樂日營活動



協助「香港馬拉松嘉年華」大會設計適合親子同樂的益智體適能遊戲活動



廣州小朋友參與「粵港澳水中健體比賽暨匯演」



澳門游泳總會健兒參賽實況



本會教練組織訓練班學員及友好，一同參與「粵港澳水中健體比賽暨匯演」



協助香港中文大學體育運動科學系舉行「靈活協調我做到」親子同樂日



協辦 2017 全民運動日，設計快樂彩虹傘律動遊戲，與民同樂



每年舉辦香港體育節體適能專題講座



舉行「賽馬會學童 Keep-Fit 方程式 - 學童體適能發展高峰會」，向幼稚園校長及老師分享最新的兒童體適能資訊，共謀培育新一代體育素養的良策

2016 至今



幼兒參與有趣的平衡遊戲



舉辦「賽馬會學童 Keep-Fit 方程式 – 全港家庭運動日 2016」，宣揚家庭一齊參與運動的益處



「賽馬會學童 Keep-Fit 方程式 – 學童體適能發展高峰會 2016」主禮嘉賓、講者及幼稚園學生代表合照



SHOW 動大使在伊利沙伯體育館以話劇形式進行大型演出，鼓勵在場長者勤力運動



本會教練擔任「聖雅各福群會賽馬會入伍登陸大 SHOW 動」大使培訓導師，成功培訓接近八十名 SHOW 動大使，為約三十個安老服務單位提供基礎運動義務健體教學服務



「賽馬會學童 Keep-Fit 方程式 – 學童體適能發展高峰會 2017」主禮嘉賓、講者、嘉賓及幼稚園學生代表合照



與香港拳擊總會合作，在東華三院安老服務單位首次開辦「Fit Boxing 訓練班」



持續舉辦不同類型及題材的體適能延續教育工作坊，鼓勵本會教練終身學習



協辦由嶺南大學亞太老年研究中心主辦的「賽馬會跨代樂頤年推廣計劃」，主力培訓一眾跨代義工，掌握基本的運動知識



舉辦「三十周年慶典暨晚宴」，與政府代表、體育界友好、社區伙伴及一眾會員朋友分享喜悅