BẢNG GIÁ · KHOÁ ĐÀO TẠO 2026

Khoá chuyên môn Huấn luyện viên CTG Fitness

Kiến thức nền để hành nghề vững, giải thích được cho khách mọi con số trên ứng dụng CTG Fitness. Học bằng số liệu thật, nguồn từ ACSM, NSCA, ACE, ISSN, WHO và Bộ Y tế.

48 giờ
16 buổi × 3 giờ · 2 buổi/tuần

25 chương
6 phần · có thực hành trên ứng dụng

397 trang
giáo trình PDF · 146 hình minh hoạ

12–20
học viên mỗi lớp

Ba gói học

CƠ BẢN
7.900.000 đ
≈ 165.000đ/giờ học

Nắm chắc kiến thức nền, hiểu được mọi con số trên ứng dụng.

CHUYÊN SÂU — NÊN CHỌN
10.900.000 đ
≈ 225.000đ/giờ học

Dùng ngay với khách thật, được chữa case của chính bạn.

KÈM 1:1
15.900.000 đ
Gồm 4 buổi 1:1 sau khoá

Có người kèm riêng trong 2 tháng đầu bạn áp dụng vào nghề.

Quyền lợi	Cơ bản	Chuyên sâu	Kèm 1:1
16 buổi × 3 giờ (48 giờ), học online	✓	✓	✓
Giáo trình PDF 25 chương · 397 trang · 146 hình minh hoạ	✓	✓	✓
Bộ slide bài giảng 25 chương	✓	✓	✓
Thực hành ngay trên ứng dụng CTG Fitness trong giờ học	✓	✓	✓
Câu hỏi ôn tập, bài tính tay và tình huống, đều có đáp án	✓	✓	✓
Bài kiểm tra cuối khoá và chứng nhận hoàn thành của CTG Fitness	✓	✓	✓
3 tháng dùng ứng dụng CTG (gói Khởi nghiệp, 5 học viên)	—	✓	✓
2 buổi chữa case thật do chính bạn mang tới	—	✓	✓
4 buổi 1:1 xem lại khách thật, trong 2 tháng sau khoá	—	—	✓
Vào nhóm hỗ trợ sau khoá học	✓	✓	✓

CORE TECHNOLOGY OF GYMS

ƯU ĐÃI LỚP ĐẦU TIÊN

- Đăng ký sớm giảm **15 %** cho mọi gói.
- Nhóm từ 3 HLV cùng phòng tập: giảm thêm **5 %**.
- Học viên lớp đầu được học lại miễn phí một lần ở lớp sau.

KHOÁ HỌC DÀNH CHO

- HLV cá nhân đang hành nghề muốn làm việc bằng số liệu.
- HLV đang dùng hoặc sắp dùng ứng dụng CTG Fitness với khách.
- Chủ phòng tập muốn cả đội HLV làm việc theo cùng một chuẩn chuyên môn.

Lịch học 16 buổi

Buổi	Nội dung	Giáo trình
1	Cơ thể gồm những gì · Đo % mỡ cho đúng	Chương 1–2
2	FFMI: chỉ số khối cơ · Calo vào, calo ra	Chương 3–4
3	BMR: năng lượng lúc nghỉ · TDEE: mỗi ngày đốt bao nhiêu	Chương 5–6
4	Ăn kiêng lâu, cơ thể thích nghi · Tính TDEE thật từ số liệu học viên	Chương 7–8
5	Chọn mức calo theo mục tiêu · Chia đạm, béo, tinh bột	Chương 9–10
6	Khi học viên ăn lệch · Ghi chép bữa ăn	Chương 11–12
7	Vi chất cơ bản · Ôn tập và bài tính tay Phần 1–3	Chương 13
8	Cơ phát triển thế nào · Volume: tập bao nhiêu là đủ	Chương 14–15
9	Cường độ: tập nặng đến đâu · Xếp lịch tập	Chương 16–17
10	Tăng dần và deload · Điều chỉnh theo phản hồi của học viên	Chương 18–19
11	Ứng dụng tính lộ trình thế nào	Chương 20
12	Các giai đoạn của lộ trình · Nói với học viên về thời gian	Chương 21–22
13	Đọc màn Tổng kết	Chương 23
14	Xử lý chững cân · Vai trò của HLV	Chương 24–25
15	Thực hành tổng hợp: 5 ca học viên mẫu	Toàn khoá
16	Kiểm tra cuối khoá · Trao chứng nhận	Toàn khoá

GIẢNG VIÊN

Phan Nguyên Khải

- Tốt nghiệp y đa khoa tại Đại học Y khoa Phạm Ngọc Thạch, 6 năm học nền tảng y khoa.
- Giảng viên đào tạo huấn luyện viên.
- Người xây dựng hệ công thức và ứng dụng CTG Fitness.
- Làm kênh "Sổ tay huấn luyện viên", chia sẻ kiến thức có dẫn nguồn.
- Được báo Thanh Niên giới thiệu (07/2025).

CORE TECHNOLOGY OF GYMS

Điều khoản

1. Học xong khoá và đạt bài kiểm tra cuối khoá, học viên nhận **chứng nhận hoàn thành của CTG Fitness**. Đây không phải chứng chỉ hành nghề do cơ quan nhà nước hay liên đoàn cấp.
2. Đóng học phí một lần trước buổi 1, hoặc chia 2 đợt: 60 % trước buổi 1, 40 % trước buổi 9.
3. Báo nghỉ trước buổi 1: hoàn 100 % học phí. Báo sau buổi 1 và trước buổi 3: hoàn 50 %. Từ buổi 3 trở đi không hoàn học phí, nhưng được bảo lưu sang lớp sau trong 6 tháng.
4. Nghỉ buổi nào thì xem lại bản ghi của buổi đó.
5. Giáo trình và slide chỉ dùng cho việc học của cá nhân bạn. Không sao chép, bán lại hay đem đi dạy lại khi chưa có văn bản đồng ý của CTG Fitness.
6. Khoá học dạy nghề huấn luyện, không thay cho chẩn đoán hay điều trị y khoa.
7. Giá đã gồm tài liệu, chưa gồm VAT (nếu có). Bảng giá áp dụng cho tới khi có thông báo mới.

Đăng ký và tư vấn
Zalo: 0708 673 007 · **Email:** admin@ctgfitness.com
Web: ctgfitness.com