



อัตราค่าเรียน ภาคปฏิบัติ ของ PZMBA

ชั้น Basic

เรียน ทั้งหมด จำนวน 36 ครั้ง ระยะเวลา รวม 3 เดือน

วันที่เรียน จันทร์ , พุธ , ศุกร์ เวลา 09.30 – 11.00 น. (เรียน อาทิตย์ละ 3 วัน)

Basic เหมาะสำหรับ ผู้ที่ไม่เคยผ่านการฝึก Weight training มาก่อนเลย ต้องการฝึกให้ถูกต้อง เพื่อผลทางด้าน การเปลี่ยนแปลงรูปร่าง สุขภาพ และกล้ามเนื้อ

ข้อบังคับของการเรียน ภาคปฏิบัติ ของ PZMBA

1. ต้องตรงเวลา
2. มาสายกว่า 15 นาที ของการเรียนวันนั้นๆ จะไม่มีการฝึก Weight Training ผู้เรียนจะต้องทำการฝึกบริหารกล้ามเนื้อ หัวใจและหลอดเลือด Cardiovascular Training ระยะเวลา 45 – 60 นาที (ถึงจะถือได้ว่าไม่ขาดการเรียน)
3. มาสายได้ไม่เกิน 3 ครั้ง
4. ขาดเรียนได้ไม่เกิน 3 ครั้ง
5. ผู้เรียนจะเรียนให้ต่อเนื่อง ให้ครบตามจำนวนวันที่กำหนด (เพื่อผลสูงสุดในการเรียน)
6. ในกรณีที่เวลาเรียนไม่ครบ (ทางสถาบัน PZMBA ไม่สามารถออกใบประกาศรับรองผ่านการฝึกภาคปฏิบัติได้)