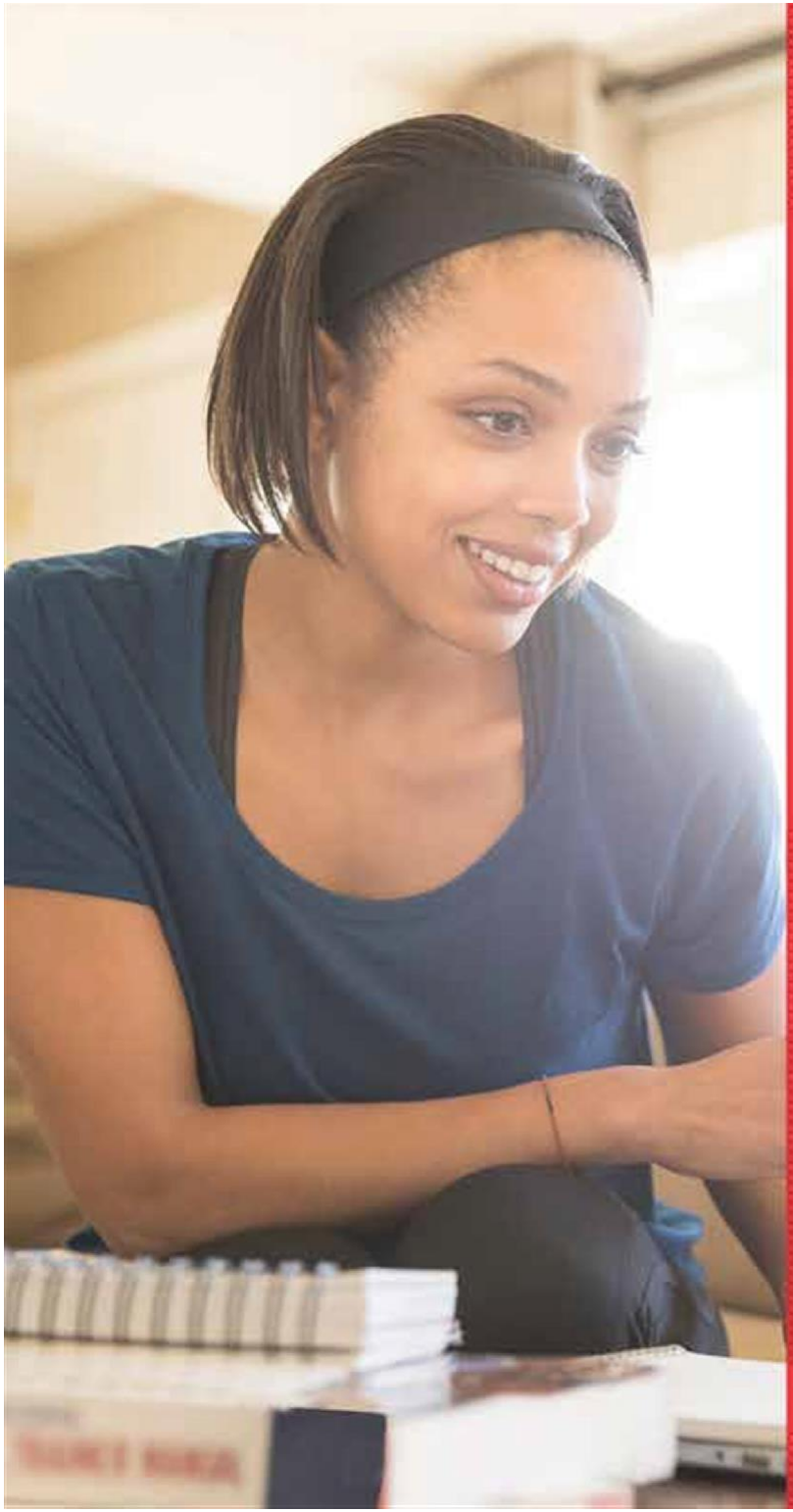


American Council on Exercise®

认证考生手册

让人们动起来

版权所有 © 2017 美国运动委员会®

印刷于美利坚合众国。

保留所有权利。除用于审查之外，未经美国运动委员会书面同意，禁止以任何形式或以现有已知或以后发明的任何电子、机械或其他方式（包括静电复印、影印和录音），以及任何信息检索系统复制或使用本作品。

ACE、ACE IFT、ACE 整合式健身训练以及美国运动委员会均为美国运动委员会的注册商标。本书中使用的其他产品名称，仅做识别之用，可能是属于其各自公司的商标。

分销商：
美国运动委员会
4851 Paramount Dr. San
Diego, CA 92123 (800)
825-3636
传真 (858) 576-6564
ACEfitness.org

2019 年修订

取得并维持 ACE 认证的要求和过程

目录

简介 5

5 ACE 使命宣言
6 ACE 认证计划
7 认可
8 非歧视声明

认证考试资格标准 9

10 资格要求
11 ACE 道德准则

ACE 认证考试开发 12

12 ACE 资格认证部门
13 测试服务提供部门
14 考试开发程序
15 ACE 认证委员会
15 考试开发的客观性
15 安全性

获得 ACE 认证 16

17 ACE 认证考试
17 考试内容大纲
18 学习资料和资源

认证考试过程 19

19 考试注册：基于计算机的测试
20 CBT 特殊照顾
20 国际考试
21 考试管理
21 ACE 认证考试应试策略
24 考试评分和通过标准
24 考试结果
25 认证状态核实
25 考试实施与安全
26 CBT 管理与安全
26 计算器政策
26 保密政策
27 作弊和其他考试违规行为
27 考生评价

维持 ACE 认证 28

29 重新认证政策和程序
29 到期认证续期
30 继续教育学分
31 继续教育申请
31 维持 CPR 和 AED 证书
31 ACE 教育服务
32 职业发展
32 ACE 认证标志

隐私、安全和记录保留 33

33 隐私保护
35 记录保留期限
35 安全性

附录 33

附录 A：

36 不合格申诉

附录 B：

36 ACE 专业实践和纪律程序

附录 C：

37 考试内容大纲

附录 D：

37 考试评分申诉和重新评分

简介

85,000

名获证专业
人员持有超过

93,000

个 ACE 认证证书

成立于 1985 年，美国运动委员会 (ACE) 是一个致力于美国居民健康与幸福的非营利性组织。过去 30 年以来，我们已经成为健康和健身专业人士以及公众的可靠资源，提供全面、公正的研究，并已成为美国健康和健身领域值得信赖的权威。

目前，ACEc是世界上最大的非营利性健康和健身认证、教育和培训机构，其中 85,000 名获证专业人员持有超过 93,000 个 ACE 认证证书。我们在认证、教育、培训和公众推广方面有着悠久的历史，是业内最受尊敬的机构之一，也是公众在健康和健身教育方面信赖的资源。

本 *ACE* 认证考生手册介绍了取得并维持 ACE 认证的要求和过程。

ACE 认证计划

美国运动委员会有四个核心健身认证计划，每个计划都有独特的目标人群和/或计划重点。定期评价各 ACE 认证计划，确保与最新研究和标准保持同步。各认证计划的评估也会定期更新，旨在评估考生是否具备在指定认证的执业范围内安全执业的最低能力水平。

ACE 私人教练认证

ACE 私人教练认证针对的是为表面健康或有医学运动许可证明的个人，提供一对一或者小团体健身指导的健康和健身专业人员。

ACE 团体健身教练认证

ACE 团体健身教练认证针对的是以团体为单位，向表面健康的个人教授任何形式的运动的健康和健身专业人员。

ACE 健康教练认证

ACE 健康教练认证针对的是健身、医疗保健、企业员工身心健康和联合健康专业人员，他们指导个人和团体采取结构化的行为改变计划，这些计划以生活方式和体重管理为重点，通过改善和维持健康、健美、体重和整体身心健康所需的身体活动、营养和教育来实现。

ACE 运动医学专家认证

ACE 运动医学专家认证针对的是高级健康和健身专业人员，他们为存在各种心血管、肺部、代谢和肌肉骨骼疾病和障碍风险或者正在从中康复的个人以及特殊人群（包括老年人、年轻人、产前和产后妇女等）中表面健康的客户，提供深度预防性和康复后健身计划。

认可

NCCA 认可

2003 年，ACE 的四个核心认证获得了美国国家认证机构委员会 (NCCA) 的认可。成立于 1987 年的 NCCA 是卓越认证协会 (ICE) [以前称为国家能力认证组织 (NOCA)] 的评审机构。作为一个独立的非政府性机构，NCCA 认可包括运动训练、营养学、职业治疗、金融服务和健身在内的各种职业资格认证计划，从而帮助确保公众健康、幸福和安全。NCCA 评审认证组织的程序、方案和操作，确定认证是否可以适当地区分各个证书的合格人员和不合格人员。NCCA 将评价，组织为确定职业角色和执业范围、开发考试内容、提供适当的考试管理和评分而采用的过程和系统，从而确保：

+ 考试流程公平公正
+ 考试准确衡量职业资格候选人应具备的最低能力
+ 保护公众远离不合格或不胜任的从业人员
+ 组织具备支持其从业人员的手段

NCCA 有 24 个标准，认证组织必须满足这些标准并保证遵守才能获得 NCCA 认可。这些 NCCA 标准是组织进行认证计划的基准。

如需有关美国国家认证机构委员会的更多信息，请访问 NCCA 网站：www.credentialingexcellence.org/p/cm/ld/fid=86。

NCCA 认可标准对健康和健身专业人员意味着什么？

国际健康、网球和运动俱乐部协会 (IHRSA) 和医学健身协会 (MFA) 建议俱乐部所有者和医疗健身设施运营商聘用拥有 NCCA 或同等认可机构认证证书的健身专业人员。此外， 联合健康教育计划认可委员会 (CAAHEP) 的运动科学认可委员会 (CoAES) 制定的个人健身训练教育计划认可标准和指南，将学生参加 NCCA 认可的国家证书考试的成绩，作为是否获得该认可的主要依据之一。持有 NCCA 认可的 ACE 认证证书，说明健康和健身专业人员具备在医疗保健领域规定的执业范围内执业的合法资格。当竞聘 IHRSA 或MFA 附属公司或组织时，取得并维持 NCCA 认可的认证证书，使您更有竞争优势，因为这意味着您具备向公众提供安全、有效锻炼计划的知识、技能和能力。

EUROPEACTIVE 认可

EuropeActive 组织 [原名欧洲健康和健身协会 (EHFA)] 为整个欧洲的健康和健身证书认可制定了标准。EuropeActive 通过由来自欧洲各地的行业专家、雇主、专业学者和从业人员组成的标准委员会，为想要被批准成为认可训练机构的组织制定了标准。2012 年，ACE 成为首个 EuropeActive 标准委员会批准的美国健身认证机构。也就是说 ACE 认证的私人教练和团体健身教练有资格加入欧洲运动专业人员登记簿 (EREPS)，EREPS 是在欧洲聘用有资质的健康和健身专业人员的主要资源。

如需有关 NCCA 和 EHFA 对 ACE 认证计划的认可的其他信息，请访问 ACE 网站：www.ACEfitness.org/ncca-accreditation/default.aspx。

非歧视声明

ACE 承认自己有责任以符合联邦、州和当地法律法规的方式管理所有政策。尤其是，ACE 承认，对于所有形式的人类努力而言，机会均等是平等的基础，因此，在种族、信仰、民族血统或遗产、年龄、宗教、性别、性别或性别表现或认同、性取向、怀孕、身体或精神残疾、身体状况、祖先、婚姻状况或在着制服服务部门工作等方面，所有管理行为和规程均没有歧视。

认证考试资格标准

要参加 ACE 认证考试，您必须符合特定认证考试的所有资格要求，详见下文。考试当天，考生必须出示考试准考证和目前政府颁发的 ID，其中照片和签名应与准考证上登记的姓名一致。

资格要求

ACE 私人教练和团体健身教练认证考试

+ 必须年满 18 周岁。
+ 必须持有现时有效的成人心肺复苏 (CPR) 和自动体外除颤器 (AED) 证书，其中包括生存技能检查。*
+ 必须具有高中（或同等）以上学历。

ACE 健康教练认证考试

+ 必须年满 18 周岁。
+ 必须持有现时有效的成人 CPR 和 AED 证书，其中包括生存技能检查。*
+ 必须提交以下其中一项的证明文件：
  - 在健身、营养、医疗保健、保健、人力资源或相关领域获得现时有效的 NCCA 认证证书；或
  - 在健身、运动科学，营养、医疗保健、保健或相关领域从官方承认的学院或大学获得准学士学位或更高学历；或
  - 已完成国家健康与保健教练委员会 (NBHWC) 批准的健康教练培训和教育计划；或
  - 拥有至少 2 年的指导、领导、设计、执行或促进以下一项或多项工作开展的经验：行为或生活方式改变、锻炼、保健、营养或身体活动

健康教练资格证明文件信息见：ACEFitness.org/myace/exam-preapproval-hc

ACE 运动医学专家认证考试

+ 必须年满 18 周岁。
+ 必须持有现时有效的成人 CPR 和 AED 证书，其中包括生存技能检查。*
+ 必须提交以下每项的证明文件：
  - 运动科学或相关领域四年制（学士）学位
  - 经有资质的专业人员证实，拥有为表面健康的个人和/或高风险个人设计和实施锻炼计划 500 小时的工作经验**

运动医学专家资格证明文件信息见：**ACEFitness.org/myace/exam-preapproval-mes**。

您还可以通过发送邮件至 Credentialing@ ACEfitness.org 联系 ACE 资格认证部门，获得更多关于高级认证预先批准流程的信息。

关于不合格申诉的信息，请参见附录 A。

* 美国和加拿大均要求提供 CPR 和 AED 证书。由于某些国家的非医疗专业人员实用的 AED 的相关法律有所不同，美国和加拿大的境外候选人仅要求持有现时有效的 CPR 证书。通过基于计算机的测试参加 ACE 考试的考生必须在注册前持有现时有效 CPR/AED 证书。

† 可通过以下链接查找 NCCA 认可的认证计划列表：www.credentialingexcellence.org/p/cm/ld/fid=121

‡ 可通过以下链接查找 NBHWC 批准的培训和教育计划列表：nbhwc.org/approved-program

注释：考生必须在注册 ACE 健康教练考试之前提交现时有效的经 NCCA 认可的证书、学位和/或用于满足资格要求的工作经验的证明文件。

** ACE 运动医学专家考试考生，还必须在注册考试之前或当时，提交 500 小时工作经验的证明文件。

ACE 道德准则

ACE 道德准则管理 ACE 认证的专业人员在与客户、公众或其他健康和健身专业人员合作时的道德和专业行为。注册参加 ACE 认证考试的每个人都必须同意在整个考试过程中遵守 ACE 道德准则，并且在获得 ACE 认证后作为专业人员遵守该准则。考试考生和 ACE 认证的专业人员必须全面了解该准则以及违反每项原则可能造成的后果以及潜在的公众伤害。ACE 道德准则如下所述：

作为一名 ACE 认证的专业人员，无论我是与客户、公众合作，还是与其他健康和健身专业人员合作，我都遵守美国运动委员会的职业行为原则。我承诺：

+ 提供安全有效的指导
+ 为所有客户提供平等和公平的待遇
+ 保持与最新的健康和健身研究同步并了解其实际应用
+ 保持 CPR 和 AED 证书有效，掌握急救服务知识
+ 遵守所有适用的商业、就业和知识产权法
+ 维护和增强公众对健康和健身行业的赞赏和信任
+ 维护所有客户信息的机密性
+ 在适当时将客户转介绍给更具资质的健康或医疗专业人员
+ 建立和保持明确的专业界限

ACE 道德准则由这些职业行为原则组成。在考试注册期间，考生必须确认同意在整个 ACE 认证过程中，以及获得 ACE 认证后在从事专业工作期间，遵守 ACE 道德准则。

ACE 认证考试开发

ACE 资格认证部门

ACE 资格认证部门独立监督美国运动委员会的认证活动。包括管治考试开发和管理、参加然后获得 ACE 认证的资格要求、认证签发、通过不断提高能力维持 ACE 认证，以及制定并执行纪律程序。

ACE 资格认证部门秉承根据 NCCA 认可标准制定的、维护所有考试诚信的 ACE 现有政策和程序。ACE 认证仅颁发给符合认证资格要求，并且通过认证考试证明他们符合或者超过既定专业技能水平的个人。

ACE 董事会和 ACE 执行团队负责指导 ACE 认证计划。在 ACE 参与执行副总裁的指导下，ACE 资格认证总监监督 ACE 资格认证部门的所有行政行为，包括管理以 ACE 认证、考试开发、纪律委员会为重点的所有 ACE 会议和过程，以及管理 ACE 与 Scantron 的业务关系。Scantron 是 ACE 签约的测试服务提供商，负责所有 ACE 认证考试的开发、实施、评分、确认和安全。

ACE 资格认证部门旨在实现以下专业目标：

+ 制定并发表 ACE 认证计划开发和管理相关的标准、政策和程序
+ 确定参加各 ACE 认证考试和需要重新认证的考生资格标准
+ 为所有 ACE 认证专业人员制定继续教育和重新认证的政策、程序和要求
+ 对成功获得 ACE 证书和成功完成 ACE 规定的继续教育和重新认证要求的个人给予认可
+ 明确每个 ACE 认证的执业范围
+ 根据 ACE 的专业实践和纪律程序（见附录 B），制定职业行为标准（被称为 ACE 道德准则），并执行违规处理程序
+ 向利益相关者维护并宣传 ACE 证书的有效性
+ 为确保 ACE 证书的有效性和可靠性，遵守监管机构的标准，执行监管机构的政策和计划，并将相关的认证和重新认证信息提交给监管机构
+ 获得并维持美国、加拿大（例如，NCCA、ANSI）和国外（例如，运动专业人员登记处）认可和监管机构对 ACE 认证计划的认可
+ 获取、阐明、分发并维护 ACE 认证职能相关信息

测试服务提供商

ACE 利用 Scantron（原名 Castle Worldwide）的服务开发、管理、评分并报告所有的ACE 认证考试。Scantron 为许可或证明各种领域（包括医学技术、工程、运动训练、职业治疗和健身）专业人员专业知识的组织，提供基于开发优质、高风险认证考试的历史的综合内容服务。他们的具体考试开发服务包括：

+ 工作/任务分析和角色描述研究
+ 测试规范开发
+ 内容确认研究
+ 确定分数线标准
+ 生成计算机题库和试卷
+ 题目编写（虚拟和现场）和试卷组合
+ 编辑和心理测量审查
+ 用基于计算机测试的形式进行考试
+ 监考人员和考试地点确认和培训

Scantron 的实际地址：

Scantron
6001 Hospitality Court, Suite 100
Morrisville, NC.27560 USA
电话：919.572.6880
网站：www.CastleWorldwide.com
电子邮箱：info@CastleWorldwide.com

Scantron 为几乎全球任何地方的考生，管理有监考的、基于计算机的认证和许可考试。提供的考试管理服务包括：

+ 确定国内和国外测试地点
+ 聘用并培训监考人员
+ 针对有特殊需求的考生，遵守美国残疾人法案要求
+ 提供考试注册服务
+ 验证考生身份
+ 制定测试管理人员和监考人员手册
+ 考试评分、等化和评级
+ 确保向考生报告考试结果
+ 确保保管考试结果和考生信息

Scantron 提供个人和总体分数报告。个人报告提供最终评级分数、通过/未通过状态以及领域表现（正确百分比）。总体分数分析评价每道题的表现，从而帮助认证计划识别能够继续有效衡量知识和技能的问题，以及需要删除或修改的问题。评分和报告服务包括：

+ 为认证计划评分、评级和等化
+ 考试后题目分析和汇总统计回顾
+ 生成客制化分数报告
+ 应要求进行人工评分
+ 编制诊断报告

考试开发程序

Scantron 专门提供包括高风险认证考试开发在内的综合内容服务，并且在进行考试开发、管理、评分和等化时遵守这些严格的标准。ACE 与 Scantron 合作，为所有 ACE 认证计划遵守这些严格的标准。这确保了认证专业人员满足为保护公众提供安全、有效健身指导所需的知识和技能的最低标准。

所有 ACE 认证考试问题和考试形式均由称为课题专家 (SME) 的全国行业专家代表小组确定，其中 ACE 认可课题专家与至少一个 ACE 认证计划相关的一个或多个领域的专业知识。由于各个计划的重点和执业范围不同，每个认证计划的考试开发委员会组成也各不相同。组成这些委员会，从而满足根据考试内容大纲确定的每个认证的资格要求。

根据美国心理学协会、美国教育研究协会和全国教育测量委员会认可的标准，利用六点考试开发流程，开发所有 ACE 认证考试。Scantron 的心理测量团队促成了这些步骤，它们包括：

+ 工作分析/角色描述：为了制定有效完成工作（例如，团体健身指导、私教训练）所需的任务、知识和技能大纲，一组行业专家分析具体的工作要求。
+ 确认研究：进行调查研究，确定工作分析的有效性。对当前持证进行职业分析的健康和健身专业人员进行一项大规模、随机、全国性的抽样验证调查。
+ 题目编写：全国行业专家代表小组编制符合考试规范并参考可接受文本或文件的考试问题。完成后，每道考试题目或者问题必须经过三个未参与问题编写的SME确认。
+ 试卷组合： 考试委员会审查、选择并批准问题，然后将构成的试卷转发给 Scantron 进行最终编辑。

+ 分数线确定：确定作为公众保护标准的合格分数。由一组行业专家，根据参考标准的程序，评定每个问题。专家估计能够正确回答每道问题的、最低称职的专业人员百分比。然后根据总体难度，计算通过分数。

+ 持续考试评价：考试管理后，对每道问题进行持续评价和分析，从而确保问题有效性。如果认为某个问题有缺陷，则改写或者替换该问题，还会更换考生大量接触过的考试问题和考试形式。

每五年开始新的考试开发流程，从新的工作分析/角色描述入手。根据美国心理学协会、美国教育研究协会和全国教育测量委员会认可的标准，利用六点考试开发流程，开发 ACE 认证考试。所有 ACE 认证计划均符合美国国家认证机构委员会 (NCCA) 的 24 个标准。

ACE 认证委员会

针对每个认证计划，ACE 配备了一群尽心尽力、有资质的志愿 SME。特定计划的每名 SME 必须持有该认证或者拥有等效于或者超过该认证的资历，并且他们本身的职务是证书所示专业人员，或者监督或培养证书所示特定专业人员。综合他们的证书、教育背景和工作经验，一些 SME 有资格成为多个 ACE 认证计划的委员会成员。由于职业角色和个人承诺，大部分 SME 无法全部参加他们有资格参加的全部会议。因此，ACE 资格认证总监会为每次认证委员会会议召集有资格 SME 的临时委员会。ACE 资格认证总监务必确保各委员会包括证书主要职能领域的代表，并且确保各委员会代表被认证群体的地理和性别分布，重点关注种族多样性。

考试开发的客观性

ACE 承认，对于所有形式的人类努力而言，机会均等是平等的基础，因此，在种族、信仰、民族血统或遗产、年龄、宗教、性别、性别或性别表现或认同、性取向、怀孕、身体或精神残疾、身体状况、祖先、婚姻状况或在着制服服务部门工作等方面，所有管理行为和规程均没有歧视。这包括所有认证和考试开发活动。

在每次认证委员会会议开始时以及在虚拟题目编写之前，ACE SME 均经过培训，确保他们了解会议目的，并确保专家组了解认证考试的目标人群。由 ACE 资格认证总监和 Scantron 心理测量团队共同起草的 ACE 认证委员会会议说明，其中一个要素就是教导 SME，所有 ACE 认证考试问题均应公正、客观。这包括基于 ACE 认证考试形式开发、编辑和包括的考试题目，均应避免性别、年龄、种族、地理或其他偏见。如果性别或年龄信息对考生判断正确和错误答案很重要，则 ACE 不允许考试问题包含此等信息。例外的例子包括男女不同的风险因素指南，以及年轻人等特定年龄组不同的运动规划指南。

安全性

将考试内容或信息披露给考试开发委员会之外的人是明令禁止的，并且构成违反安全性规定，使相关考试和认证大打折扣和无效。所有考试开发成员在参与之前均需要签署保密协议，同意遵守心理测量人员制定的安全规程，防止考试大打折扣。在会议结束时，由 ACE 资格认证总监和 Scantron 心理测量项目经理，粉碎考试开发会议期间产生的全部文件。

获得 ACE 认证

想要获得 ACE 认证，考生必须首先符合资格要求，然后必须注册、通过认证考试。ACE 不会仅依据教育背景和/或经验向任何个人颁发认证，因为个人必须取得所有 ACE 认证。ACE 认证的有效期为两年，必须通过提交 ACE 批准的 20 小时或以上继续教育证明、现时有效的心肺复苏/自动体外除颤器 (CPR/AED) 证书以及适用的续期费来进行续期。资格标准、注册、格式、设计、管理、评分、通过标准、职业行为准则和维持 ACE 认证等 ACE 认证考试相关信息，见以下章节。

ACE 认证考试

四个 ACE 认证计划均是由多选项题目考试组成的基于能力的评定，整个资格认证考试包括 125 个评分题目和 25 个实验题目。四个 ACE 认证计划的 ACE 多选项题目考试的考试时长均为三小时。

ACE 雇用 Scantron（一家提供全面服务的第三方测试公司）来确保 ACE 认证符合国家测试标准。由被认定为特定 ACE 认证计划课题专家 (SME) 的在职健康和健身专业人员组成的委员会，开发 ACE 认证考试。开发的每个多选项题目必须参考适当的文本或资源，比如，ACE 或其他运动科学相关手册，以及现行行业标准、指南和意见书（例如，ACSM、AHA、ACOG 和 USDA）。每个多选项题目必须由至少一位 SME 编写， 至少三位 SME 审查并确认，从而确保每个问题都客观、清晰、公正、最新，符合考试内容大纲，并且只有一个明显正确的答案（回答）和三个错误回答。

考试内容大纲

ACE 利用基于能力的考试，来评估考生是否具备获得特定 ACE 认证的既定能力水平。所有 ACE 认证考试均由 150 个多选项题目组成，包括 125 个评分问题和 25 个实验问题。这 25 个实验问题不计入考生分数，因为这些问题是为了评价它们在统计学上是否表现足够好，可以在将来的考试中纳入评分题目。只有 125 个评分题目计入考生的最终分数，决定考生是否通过考试。125 个评分题目的分布符合测试规范，又称为特定认证计划的考试内容大纲。

每当 ACE 为认证计划进行角色划分研究时，更新 ACE 认证计划的考试内容大纲。由ACE 私人教练、团体健身教练和健康教练认证计划五年轮流更新一次，而 ACE 运动医学专家认证计划每五到七年更新一次。这是确保专业认证计划保持相关、与时俱进的关键步骤，确保考试反映角色划分研究建立、确认的构成和重点。

考试内容大纲是特定认证计划的每个考试的开发蓝图。ACE 考试内容大纲通常划分为几个主要职责范围，称为领域。每个领域代表任务陈述的逻辑分组，而任务陈述详细描述了每个领域的工作相关职责。每个任务陈述均有在实际环境中执行任务必需的相关知识和技能。

关于包括每个 ACE 认证计划全部知识和技能陈述的详细考试内容大纲，ACEfitness.org/fitness-certifications/certification-exam-content。

学习资料和资源

ACE 还为每个 ACE 认证计划提供手册和相关的学习资料。这些手册的首要目的是帮助考生为健康和健身职业做好准备。虽然这些资料也有助于考生备考相应的 ACE 认证考试，但是考生把这些学习资料当成有用的参考资料，而不仅仅是特定职业或考试的唯一权威资料至关重要。如果考生认为仅 ACE 手册就是他们的健康和健身知识以及职业的综合资源，那么这对他们自己和整个行业来说是一种危害。

当考生备考 ACE 认证考试时， ACE 提供学习协助顾问为考生答疑。由没有参与ACE 认证考试开发和实施的 ACE 学习协助顾问和课题专家编制这些资源；不过， 他们是拥有相关领域工作经验、可以帮助考生梳理特定认证计划考试内容大纲、帮助考生为健康和健身职业做好准备的 ACE 认证专业人员。您可以通过访问资源中心 ACEfitness.org/ResourceCenter 查看常见问题、备考博客和有用的视频。您可以通过拨打电话 800.825.3636 或 858.576.6500，分机号 796，或者发送电子邮件至 StudyAssistance@ACEfitness.org 联系 ACE 学习协助顾问。

如需有关 ACE 认证考试备考的更多信息，请查看 ACE 网站 ACEfitness.org/Fitness-Certifications/default.aspx 上的认证特定信息，或者拨打电话 800.825.3636 或 858.576.6500，分机号 782 寻求学习协助。

推荐阅读

私人教练认证

American College of Sports Medicine (2013). *ACSM’s Resources for the Personal Trainer* (4th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer/ Lippincott Williams & Wilkins.

American Council on Exercise (2020).*ACE Personal Trainer Manual* (6th ed.). San Diego: American Council on Exercise.

National Strength and Conditioning Association (2012).*NSCA’s Essentials of Personal Training* (2nd ed.). Champaign, Ill.: Human Kinetics.

团体健身教练认证

American Council on Exercise (2016).*ACE Group Fitness Instructor Handbook.*San Diego: American Council on Exercise.

Desimone, G. (2012).*ACSM’s Resources for the Group Exercise Instructor.*Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.

Kennedy-Armbruster, C. & Yoke, M. (2016). *Methods of Group Fitness Instruction* (3rd ed.). Champaign, III: Human Kinetics.

健康教练认证

American Council on Exercise (2019).*The Professional’s Guide to Health and Wellness Coaching.*San Diego: American Council on Exercise.

American Council on Exercise (2013).*ACE Health Coach Manual.*San Diego: American Council on Exercise.

Brehm, B. (2014).*Psychology of Health and Fitness.*Philadelphia: F.A.Davis Company.

Weinberg, R. & Gould, D. (2015).*Foundations of Sport and Exercise Psychology* (6th ed.). Champaign, Ill.: Human Kinetics.

运动医学专家认证

American College of Sports Medicine (2014). *ACSM’s Resources for the Health Fitness Specialist* (2nd ed.).Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.

American Council on Exercise (2015).*ACE Medical Exercise Specialist Manual.*San Diego: American Council on Exercise.

Goodman, C. & Helgeson, K. (2011). *Exercise Prescription for Medical Conditions.* Philadelphia: F.A.Davis Company.

National Academy of Sports Medicine (2014). *NASM Essentials of Corrective Exercise Training.*Burlington, Mass.: Jones & Bartlett Learning.

所有计划

American Council on Exercise (2014).*ACE Senior Fitness Manual.*San Diego: American Council on Exercise.

American Council on Exercise (2012).*ACE Essentials of Exercise Science for Fitness Professionals.*San Diego: American Council on Exercise.

American College of Sports Medicine (2018). *ACSM’s Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (10th ed.).Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.

American College of Sports Medicine (2012). *ACSM Health/Fitness Facility Standards and Guidelines* (4th ed.). Champaign, Ill.: Human Kinetics.

Faigenbaum, A. & Westcott, W. (2013).*ACE Youth Fitness Manual.*San Diego: American Council on Exercise.

Muth, N.D.(2015).*Sports Nutrition for Health Professionals.*Philadelphia: F.A.Davis Company.

Muth, N.D.(2013).*ACE Fitness Nutrition Manual.*San Diego: American Council on Exercise.

U.S. Department of Agriculture (2015). *Dietary Guidelines for Americans 2015-2020* (8th ed.). www.health.gov/dietaryguidelines

认证考试过程

考试注册：基于计算机的测试

基于计算机的测试 (CBT) 的考生可以通过以下途径注册：

+ 在线/手机注册：符合资格标准的所有 ACE 认证考试都可以*
+ 传真或邮件注册：符合资格标准的所有 ACE 认证考试都可以*

对于 CBT，考生必须持有现时有效的心肺复苏 (CPR) 证书，并且 CPR 证书经 ACE 核实存档。因为 CBT 立即提供考试结果，如果不首先提交现时有效的 CPR 证书详细信息，考生无法注册ACE 认证考试。

注释：所有 CPR 课程必须包括现场技能检查。不接受仅线上课程。美国和加拿大考生的 CPR 课程中还必须包括 AED 培训。

考生可以早在考试日期前 10 天，更早的话可以在考试日期前六个月注册 CBT 考试，前提是当日 ACE 网站上可以注册。当考生注册 CBT 考试后，申请的考试位置和时间须经第三方合约测试中心批准。

* ACE 健康教练和 ACE 运动医学专家认证考试，在通过网络、电话、传真或邮件注册之前，需经提前批准。

CBT 考试注册的确认过程是自动的，考生在提交注册几分钟内，一般就可以收到注册日期已批准或不可用的电子邮件确认消息。在偶然情况下遇到技术问题时，确认过程可能会持续到注册后两到三个工作日。当考生的考试选择获批后，考生将通过电子邮件收到准考证，但是考生受 ACE 考试改期和取消政策的约束。如果考试选择不可用，考生将收到一封电子邮件，其中包含考生如何通过 ACE 考试注册门户网站免费申请新考试选择的说明。

CBT 特殊照顾

将尽量为有特殊测试需求的考生提供便利。申请测试照顾的考生，不可以在网上注册。所有符合美国残障人士法案 (ADA) 的考生，必须提交适当的证明文件，支持 ADA 申请。必须至少在申请考试日期前 15-30 天，提交证明文件以及填好的注册表。请拨打 800.825.3636，分机号783 联系 ACE 考试注册寻求进一步帮助。有特殊照顾的 CBT 考试注册确认过程，须经第三方签约测试中心批准。

这些类型的注册的确认过程的结果是，注册开始处理后约 24 至 72 小时考生收到确认邮件。在偶然情况下，申请的考试日期或者具体地点无法给予特殊照顾。在这种情况下，ACE 考试注册部门的员工将联系考生更改测试地点、日期和/或时间。

国际考试

ACE 在选定的地点，通过 CBT 向全球提供四个认证考试。请前往 ACEfitness.org/fitness-certifications/schedule-your-exam/ 查找美国之外的 ACE 考试。选择“查找考试地点”，然后在“选择国家”下拉菜单里选择国家。

ACE 私人教练认证考试的可选语言包括：芬兰语、匈牙利语、立陶宛语、简体中文和泰语。ACE 健康教练认证考试提供希腊语考卷。

关于 ACE 国际教育合作伙伴列表，请访问：www.acefitness.org/education-and-resources/business/partners/international-partners

考试管理

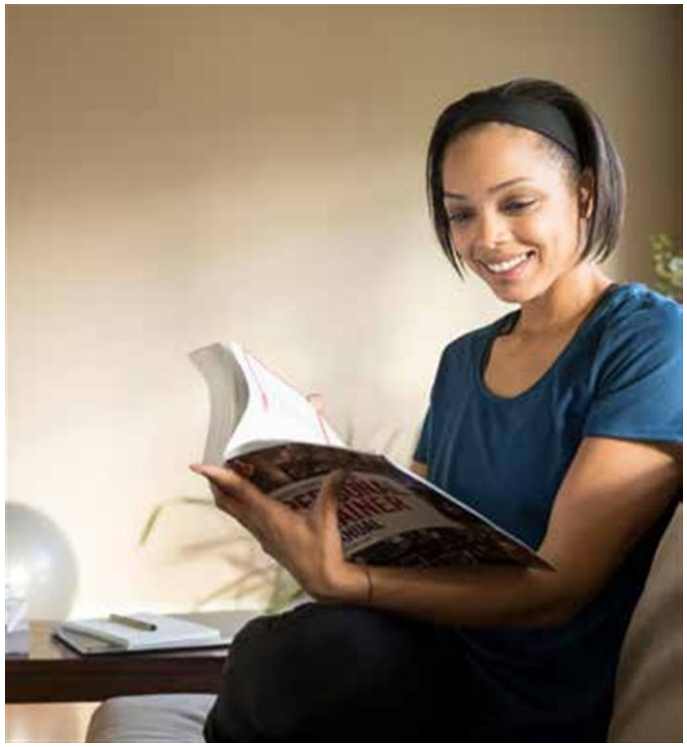
ACE 认证考试由 Scantron 管理，Scantron 是 ACE 的签约测试服务公司，负责 ACE 认证考试的开发、管理、评分和安全。Scantron 以 CBT 的形式，为所有四个认证计划提供 ACE 认证考试。 Scantron 在美国和加拿大 800 多个 CBT 考点，以及全球多个地点，提供 ACE 考试。为了安全起见，只在有监考的测试考点提供 CBT 考试。请前往ACEfitness.org/fitness-certifications/schedule-your-exam/ 注册 ACE 认证考试。

ACE 认证考试应试策略

所有考试问题均来源于特定认证计划的考试内容大纲，详见 ACEfitness.org/fitness-certifications/ certification-exam-content 以及各 ACE 手册的附录 B。关于全部四个考试内容大纲的简化版，请参见本文件的附录 C。考试内容大纲列出构成特定 ACE 认证计划考试蓝图的具体任务陈述，以及与各领域的分类任务陈述对应的问题百分比。与有助于指导有效健身计划的专项原则相似，熟悉考试内容大纲的 ACE 认证考生，可以利用考纲指导学习，有助于缓解他们为考试和职业做准备时产生的焦虑。

下面的策略可能对 ACE 认证考试和其他标准化测试的考生有帮助：

+ 自我调节，充分利用时间。考试时间过半时，您的做题进度也应过半（或者略多于一半）。
+ 仔细阅读每个问题，避免略读或快读。确保理解问题在问什么。特别注意最佳、最多等短语。
+ 试着预测答案是什么，但是在确定最终答案前仍然仔细阅读全部选项。请注意只有一个正确答案，如果阅读不仔细的话，两个选项可能看起来相似。
+ 切勿过度分析或者曲解问题。每个问题都编写得尽可能清楚，而且应按照表面意思解读。不存在隐含意义或者试图制造陷阱。
+ 排除最不可能的选项。排除一或两个选项将增加您选择正确答案的几率。
+ 请小心在纸质答题卡和/或计算机（如果在 CBT 考点测试）上标记您选择的答案。
+ 回答每个问题。请记住，猜测没有惩罚。
+ 虽然第一直觉往往是最准的，但是如果您确实觉得错了，请修改您的答案。
+ ACE 认证考试的选项是随机的。 如果您对某个问题一无所知，最好猜一个答案，然后继续答题。



多选项题目剖析

多选项题目由题干和选项组成。题干是一个陈述句或疑问句，通常包含帮助考生理解考察或评估什么的关键词。题干可能是直接疑问句、不完整陈述句或者最佳答案形式。例如：

直接疑问句：什么肌肉屈伸肘关节？

不完整陈述句：屈伸肘关节的肌肉是：

最佳答案形式：哪项运动最能有效增强肘关节屈肌？

回答选项包括一个正确或者最佳答案以及三个干扰项（都不正确）。干扰项通常包含常见错误，并且通常与正确选项的概念范畴相同。干扰项与正确答案的长度、复杂程度和语法结构等相似。例如：

下列哪个肌肉是脊柱侧屈原动力？

A. 背阔肌
B. 大菱形肌
C. 腹横肌
D. 腰方肌

（正确答案是 *D*。）

记忆问题

记忆问题评估重要原则的事实、术语和理解。ACE 考试中的记忆问题相对较少，因为这些问题评估的是考生记住信息的能力，而不是应用信息解决问题的能力。例如：

哪个肌肉屈伸肘关节？

A. 肱二头肌
B. 肱三头肌
C. 股二头肌
D. 小腿三头肌

（正确答案是 *A*。）

应用问题

应用问题通常涉及这个职业工作中最可能遇到的问题或者情况。应用问题考察的是，考生恰当运用事实信息和原则，解决健康和健身专业人员可能在工作中遇到的问题的能力。例如：

一名久坐不动五年的新客户，迫切希望开始抗阻训练。客户的双腿经过托马斯测试，结果表明，小腿背面无法接触到桌子，但是膝关节可弯曲超过 80°。基于这些信息判断，什么拉伸最重要，需要纳入客户的初步计划？

A. 髂胫束拉伸
B. 四头肌拉伸
C. 单膝跪地三平面拉伸
D. 胭绳肌腱拉伸

（正确答案是 *C*。）

分析问题

分析问题考察的是考生审阅信息、理解成分之间关系的能力。换句话说，部分如何变成整体？通过这种方式，能够正确分析事实的考生，可以发现问题和合适的解决方案。例如：

12 盎司糖果袋上的食品标签（右图）提供以下信息：

整袋中脂肪的千卡 (kcal) 总量和卡路里百分比分别是多少？

A. 27 kcal，4%
B. 160 kcal，7%
C. 216 kcal，17%
D. 252 kcal，30%

（正确答案是 *C*。）

营养成分

每个容器 **8** 份

份量 **6** 块 **(40g)**

每份的量 卡路里	**160**
	% 每日摄入量*
脂肪总量 3g	**4%**
饱和脂肪 0.5g	**3%**
反式脂肪 0g	**0%**
胆固醇 0mg	**0%**
钠 0mg	**0%**
碳水化合物总量 30g	**11%**
膳食纤维 0g	**0%**
糖总量 30g	**11%**
蛋白质 小于 1g	

* % 每日摄入量 (DV) 可告诉您一份食物在每日饮食中提供多少营养素。一般营养建议是每天摄入 2,000 卡路里。

考试评分和通过标准

根据美国心理学协会、美国教育研究协会和全国教育测量委员会认可的程序，对 ACE 认证考试进行评分。考生的原始分数来源于回答正确的问题数量，然后原始分数换算成范围在 200 到 800 分的量表分，通过分数设为 500 量表分。量表分 500 或以上的考生将获得他们所考的 ACE 认证。

考试的所有测试形式均依据标准化的测试蓝图。使用测试规范可以确保：测试形式在内容覆盖方面具有可比性，根据胜任表现要求衡量测试内容，所有形式的考试都遵守内容有效性标准。然而，考试的实际题目会随着时间的变化而变化。这样做是为了确保考试内容最新、相关并且提高测试安全性。由于题目的难易程度不同，不同的测试版本的难易程度可能不同。因此，ACE 将审查测试形式，调整所需的通过分数，确保不同测试形式的通过分数相当。ACE 使用量表分数，便于我们对比考生不同测试形式的成绩，或者与参加不同测试形式的人进行对比。

在 CBT 考点参加考试的 ACE 考生，在提交试卷进行评分后，可立即收到考试量表分数和通过/未通过状态。这被称为即时分数报告，需要 ACE 认证考试开始时都确定通过分数。所有 ACE 认证计划考试均采用被称为试题反应理论 (IRT) 的流程，为不同的测试形式确定等效的通过分数。这种稳健的方法是大型认证计划的行业标准，尤其是在计划提供即时分数报告时。Scantron 的心理计量学家为所有 ACE 认证计划进行 IRT 等化。这项规则的唯一例外是根据新的考试内容大纲建立的第一个 ACE-CPT、ACE-GFI 或ACE-CHC 考试，这些考试由认证计划的课题专家 (SME) 在标准环境下进行评价。

考试结果

在美国、加拿大和全球有监考的 CBT 考点，通过 Scantron 基于互联网的安全测试系统，进行 ACE CBT 考试。考试结束时即评分。提交完成的考卷后，考生立即收到考试的量表分数以及通过/未通过状态。

考生从 Scantron 处收到的量表分数和通过/未通过状态，构成考生的官方分数和通过/未通过状态。只有量表分数决定通过/未通过状态。除了量表分数之外的其他详细信息（例如，用百分比表示的领域成绩），只是为未通过的考生提供参考，指出他们最薄弱的领域，如果他们选择再次参加考试的话。

认证考试最终量表分数为 500 分或以上的考生，将会获得他们成功通过的考试所对应的 ACE 认证。通过 ACE 认证考试的考生，将在公布分数后四到六周内，收到他们的认证。最终量表分数低于 500 分的考生，其考试状态为“未通过”。这些考生可以以折扣价格（见本章前面“考试费用”部分），参加特定计划的认证考试。

Scantron 每天还将当天完成 ACE 考试的全部考生的分数报告，通过安全数据传输发送给 ACE。这些考试结果保存在特定考生的、受密码保护的、安全 ACE 网络帐户内。

如需有关考试评分申诉和重新评分、ACE 认证考试通过率、改期考试和重考以及退费的信息，请分别参见附录 D、E 和 F。

认证状态核实

ACE 允许公众和雇主轻松核实某个人是否目前持有 ACE 认证。通过“我的专业人员通过 ACE 认证了吗？”这个搜索引擎 ACEfitness.org/ACEFit/Locate-Trainer/ 可以立刻获得该信息。使用这个搜索工具只能找到目前认证的 ACE 专业人员。该搜索引擎不会显示 ACE 认证过期但仍在过期日后六个月宽限期内的个人，除非他们完成了认证续期所需的全部步骤。

需要注意的是认证上的姓名是法定姓名（名和姓）。使用昵称、中间名或者全名缩写搜索，无法检索到目标专业人员。因此，ACE 提供了可以“查看所有持照专业人员”的链接和电话号码，公众和雇主可致电核实某个专业人员是否持有 ACE 认证。

ACE 还在相同的页面上提供“查找 ACE 认证专业人员”搜索工具，使公众可以查找相关领域有资质的健康和健身专业人员。专业人员简介分为基本认证确认信息以及详细的专业信息。提供基本认证确认信息，以便核实 ACE 认证专业人员。对于希望向公众详细介绍他们所提供的服务的持证专业人员，ACE 允许他们提供详细的专业信息。

考试实施与安全

Scantron 利用考试考点管理员、监考人员和 CBT 中心组成的广泛网络，实施所有 ACE 认证考试。

Scantron 负责所有考试管理安排以及根据需要提供特殊照顾。Scantron 将确保所有考试中心均符合当地建筑、卫生、ADA、健康和安全法规，并且保持清洁、情况良好。Scantron 应培训考点管理员，确保考点提供便利的停车位，停车位距离考场的距离合理，考场安静、无已知环境分心和干扰物并且温度适宜。

CBT 管理与安全

考试地点、日期和时间一经批准，将通过电子邮件向考生发放准考证，考生必须携带以下证件到考试地点：

+ 准考证
+ 带照片 ID 和签名的、政府签发的有效身份证件

尽最大努力为所有考生营造安静、舒适的测试环境。但是，有些环境干扰因素是无法预料的。建议考生携带合适的衣服（见准考证上的衣服限制）以防考场温度较低或较高，如果考生对噪音干扰敏感，可以携带耳塞。耳塞应接受监考人员的检查。

准考证和登记表上应都有考生的姓名，并且带照片的身份证件上的姓名与登记表上的姓名一致，考生才能参加考试。如果考生没有通过电子邮件收到准考证，强烈建议考生联系 ACE。没有通知 ACE 可能会导致无法进入考试中心。

除非有特殊的时间照顾，考生应在三个小时内完成 150 个多选项题目考试。

考生必须按时到达考场。考生须遵守以下考试政策：

+ 闲杂人员不允许进入考场。
+ 考生必须独自完成考试，无其他协助。分享信息或者干扰他人，将撤销考试资格且不予退费。
+ 冒充其他考生、提供或接受考试帮助，或者将考试材料或笔记带出考点，将撤销考试资格且不予退费。
+ 考试期间不得参考字典或其他资料。
+ 不得将包袋或者手机、PDA 等有电通信设备带入考场。
+ 除非因医疗原因经 ACE 提前批准外，不得将食物或饮料带入考场。

如果 ACE、Scantron 和/或考试监考人员通过直接观察或者统计分析，确定考生在 ACE 认证考试实施之前、期间或者之后，存在合作、破坏、作弊或者其他不可接受的行为，考生可能无资格参加考试或者继续考试过程，或者取得考试成绩。

计算器政策

所有四个 ACE 认证计划的考生均可以使用有加减乘除四个基本功能的计算器。考生可以访问属于 Scantron CBT 测试平台一部分的在线计算器。不允许考生自行携带计算器。这种行为将构成作弊，并且应按照“ACE 的专业实践和纪律程序”ACEfitness.org/Fitness-Certifications/Certified-Code.aspx 处理。见附录 B。

保密政策

ACE 认证考试的目的是保护公众和其他利益相关者免受无效做法和程序的危害。考试旨在确保健康和健身专业人员具备最低入门级的能力。考生之间分享考试信息影响考试的有效性。因此，为了维护所有 ACE 认证考试的诚信和安全，考试问题、答案或其他素材在任何情况下均不会透露给考生。

考生应凭借自己的能力准备并通过考试。如果考生有意追寻 ACE 和 ACE 员工在法律上和伦理上能分享的信息之外的考试信息，包括追问之前的考生，则视为考生存在不道德和违法行为，并且将被取消参试资格。参加 ACE 认证考试的所有考生自愿同意做好考试保密工作，并且根据合同规定，有义务维护本协议。印刷试卷的版权归美国运动委员会所有，如果违反了保密协议，责任人将被美国运动委员会起诉。

ACE 不因宗教、性别、种族背景、年龄、国籍或身体残疾歧视任何人。

未经考生授权和书面同意，提交给 ACE 和 Scantron 的信息不会被透露给第三方。这包括考试结果以及通过/未通过状态。

ACE 向其他组织提供个人通过/未通过状态的唯一情况是与 MyCAA 计划关联。在该计划中，对于符合 MyCAA 资格标准的军属，国防部将报销他们 ACE 考试相关的费用以及相关的学习资料费。有资格并且有意愿获得 MyCAA 基金的考生，书面同意将他们的通过/未通过状态发送给 MyCAA，以便通过 MyCAA 基金支付他们的费用。

ACE 不核实某个人目前是否持有 ACE 认证。通过“我的专业人员通过 ACE 认证了吗？”这个搜索引擎 ACEfitness.org/education-and-resources/lifestyle/find-ace-pro， 公众和雇主可以方便地查询该信息。

作弊和其他考试违规行为

ACE 考试旨在通过确保认证考生已具备健康和健身领域指定工作岗位（例如，私人教练）的入门级能力水平，从而保护公众。考生应凭借自身能力、在没有帮助（例如，不参考复习资料或网站）的情况下通过 ACE 认证考试。将考试信息分享给未来考生的往届考生违背了考试的初衷，因为假如不合格的考生通过自身能力之外的其他方式取得了通过分数，则会将公众置于危险之中。

所有 ACE 认证考试都是法律上合理的、有监考的考试，尽最大努力确保考试的有效性。如果 ACE、Scantron、Scantron 监考人员或者合约测试中心的员工，在考试注册、实施或评分过程的任何时间，通过考官观察或者统计分析，确定考生在 ACE 认证考试实施之前、期间或之后参与合作、破坏或其他不可接受的行为，考生可能无资格参加或者继续考试过程，或者取得考试成绩。这包括与考试任何方面相关的异常行为，以及违反 ACE 道德准则。

考生评价

ACE 认证考试结束时，考生有机会提交关于考试和测试环境的评价。ACE 基于计算机的考试结束时，要求考生完成关于测试环境的简短在线调查。这些评价还会由Scantron 的测试经理审查，然后复制、转发给 ACE 资格认证总监。必要时，ACE 资格认证总监将与 Scantron 跟进确定是否进一步采取行动。

维持 ACE 认证

ACE 认证的有效期是两年，过期日是两年前获证月份的最后一天。为了维持现有的认证，ACE 认证专业人员需要每半年完成 20 小时继续教育，相当于 2.0 继续教育学分 (CEC)，因为一小时等于 0.1 CEC。按照 ACE 道德准则的规定，ACE 认证专业人员同意掌握最新的健康和健身研究，了解它的实际应用。

继续教育的首要目的是保护公众。通过完成提高知识、技能和能力的继续教育，ACE 认证专业人员可以了解健身行业、医疗保健和联合健康领域的最新研究、专业标准和指南。这有助于健康和健身专业人员为提供安全、有效的健身指导做好更充分的准备。第二个目的是帮助专业人员推进他们的事业。

鉴于健身行业的动态性并且每年大量的运动科学研究发表，健康和健身专业人员必须定期完成继续教育。鉴于每隔几年就会发布新的研究和标准，ACE 将认证的有效期设为两年，确保 ACE 认证专业人员至少每隔一年完成继续教育，以便保持与时俱进。在这两年期间，ACE 认证专业人员需要完成至少 20 小时 ACE 批准的继续教育。ACE 认证的两年有效期以及每年平均 10 小时的继续教育，均与健身和联合健康其他领域中的其他 NCCA 认可认证计划一致。

ACE 鼓励其持证专业人员根据需要完成额外的继续教育，以促进其职业发展并提高他们向公众提供的服务质量。

重新认证政策和程序

ACE 认证专业人员必须遵守以下规定，每两年为 ACE 证书续期一次：

+ 完成至少经 ACE 批准的 20 小时 CEC (2.0 CEC)
+ 为您的心肺复苏 (CPR) 和自动体外除颤器 (AED) 证书续期，其中必须包括现场技能检查。您必须在续期期间了解最新情况。
+ 与美国运动委员会保持良好关系。
+ 在证书有效期满前，通过网络、传真或邮寄方式递交续期申请，并缴付适当的续期费用。续期费率计划用于识别持有多种证书的个人，并为那些在网上续期的人士提供折扣。

首次发证	
按时续期	129 美元
其他证书*	
按时续期 2 项证书	每项 69 美元
按时续期 3 项证书	每项 59 美元
按时续期 4 项证书	每项 49 美元
逾期续期	
逾期 3 个月以内	每项 169 美元
逾期 6 个月以内	每项 199 美元

价格可能会有变动

* 费率基于重新认证时当前证书的总数。

ACE 认证专业人员可在其认证周期内的任何时间点进行续期，但是，CEC 应该在当前的认证周期中积累，不能用于未来的认证周期。续期可以通过您的“我的 ACE”帐户在线完成，并且必须包含所有需要处理的信息。

ACE 会在专业认证有效期满前 6 个月和 12 个月发送续期提醒，并在有效期满前 90 天和 30 天发送电子邮件通知，告知个人如何获得 ACE 批准的 CEC 及进行证书续期。ACE 认证专业人员可以随时访问其网络账户，查看证书状态和有效期，更新和验证 CEC 存档信息，更新和验证 CPR/AED 存档信息，并进行证书续期。

持有一项以上 ACE 证书的专业人士可为这些证书的续期申请相同的 CEC，前提是该主题适用于申请 CEC 的所有 ACE 证书的继续教育。各项证书都有续期费用（见上表），CPR/AED 证书在 ACE 证书续期时必须是最新的。

如果您对维护 ACE 证书有任何疑问，请致电 800.825.3636 或 858.576.6500（分机号782）或发送电子邮件至 Support@ACEfitness.org 与 ACE 教育服务部门联系。

到期认证续期

ACE 出于同行间的礼貌向无法在到期日期前提交续期信息的个人提供延期服务。 在此“宽限期”内，从技术层面上看，证书已经过期，并且个人不再是当前持有给定证书的 ACE 认证专业人员。

在此类情况下，存在与处理申请相关的罚款。逾期三个月以内提交续期申请的个人，每项逾期证书的续期费用为 169 美元，逾期三至六个月才提交续期资料的个人，每项逾期证书的续期费用为 199 美元。个人必须在期满后六个月的宽限期内通过邮件或传真提交续期申请，并附带所有适当的文件，包括续期费和罚款。未能在宽限期内递交申请的个人将会被吊销证书，并只能重新报名参加考试，以重新取得证书。

延期政策的例外情况将根据记录在案的严重疾病、丧亲、自然灾害和其他紧急情况的具体情况加以审议。在这种情况下，申请人必须通过电话 800-825-3636（分机号 782） 或电子邮件 Support@ACEfitness.org 联系 ACE 教育服务部门申请恢复其证书。在这种情况下，个人必须提供相关文件以证实其证书恢复请求（连同 2.0 CEC 证明、最新的CPR/AED证书以及每项证书 219 美元的复效费用）。复效仅适用于证书逾期 6 至 12 个月的个人。每项证书仅提供一次复效机会。所有复效申请均由 ACE 资格认证总监审核，其拥有对所有复效申请的最终决定权。

逾期续期时段将根据原续期周期激活，自续期之日起不再向前滚动。如原续期时段为 2016 年 7 月 31 日 - 2018 年 7 月 31 日，则宽限期截止日期为 2018 年 11 月 30 日。下一个续期时段为 2018 年 7 月 31 日至 2020 年 7 月 31 日。在宽限期内获得证书续期的 CEC 不会向前滚动到下一个续期周期，包括超出 2.0 CEC 要求的任何 CEC。

退休/保留资格/荣誉身份

持有专业证书的目的是在某一特定领域实践和展示持续的能力。因此，ACE 贯彻不授予退休、保留资格或荣誉退休的政策。

如果您对符合上述条件的过期证书续期有任何疑问，请致电 800.825.3636 或 858.576.6500（分机号 782）或发送电子邮件至 Support@ACEfitness.org 与 ACE 教育服务部门联系。

继续教育学分

ACE 专业教育部门每年审核和批准 300 多家机构的 3,000 多门继续教育课程。这为ACE认证专业人员获得证书续期所需的 CEC 提供了大量的机会。所有经 ACE 批准的CEC 都可以在 ACEfitness.org/ ContinuingEducation/default.aspx 上找到，经 ACE 批准的 CEC 可以通过职业轨迹专业化、主题、CEC 提供者、课程形式（在家里、会议和课堂上）、CEC 值、课程开始日期和位置进行搜索。这是一项面向所有 ACE 认证专业人员提供的专业权益，可供全球健身和联合健康专业人士搜索。认准 ACE 批准徽标和每个课程价值多少 CEC 的符号。如果您不确定某门课程是否通过了 ACE 审批，请与ACE 教育服务部门联系了解更多信息，电话：800.825.3636 或 858.576.6500（分机号：782），电子邮件：Support@ACEfitness.org。

在随后的续期时段内重复修读相同的继续教育课程并不表示认证专业人员具备持续的能力，因此不会获得认证专业人员续期周期。同一课程的 CEC 只授予一次。

ACE 认可专业发展和继续教育可以来自于传统 ACE 批准的继续教育课程之外的来源。这些来源包括：

+ 以 C 级或以上成绩完成大学课程，每季度授予 0.8 个 CEC，每学期授予 1.0 个 CEC。
+ 对于准备 ACE 认证所涉及的相关学习，通过额外的 ACE 认证考试可以获得 2.0 个 CEC。
+ 对于制作演示文稿所涉及的研究，专业演示文稿在每个续期周期中可以赚取 0.5 个 CEC。
+ 对于开发课程所涉及的研究，相应课程的作者在每个续期周期中可以赚取 0.5 个 CEC。
+ 若在 ACE 委员会任职，每个日历年可得到 0.5 个 CEC。
+ 获得另一个 NCCA 认证的健康相关认证可带来 0.5 个 CEC。
+ 发布与健康相关的文章、书籍章节、书籍或同行评审的期刊文章，每个续期周期最多可得到 0.5 个 CEC。
+ 对外科手术进行临床观察可以增强对人类系统的了解，相关认证的价值最高可达每个续期周期 0.2 个 CEC。
+ 健身或相关环境下的实习可为每个续期周期带来最多 0.2 个 CEC（有关大学学分实习，请参阅上面的大学课程信息）。
+ 在与健身相关的活动或类似活动中举办社区外展活动可为每个续期周期带来 0.1 个 CEC。

如需更多有关如何维护ACE 认证的信息，请登入您的My ACE 帐户并转到：ACEfitness.org/CP/Certified-Maintain.aspx。

继续教育申请

ACE 承认，研讨会和会议未将某些优质教育课程提前提交给 ACE 专业教育审查和授予 ACE CEC，因此开发了 ACE 继续教育申请流程。如果 ACE 认证专业人员完成了未针对ACE CEC 审核和批准的教育课程，就可以就每一门完成的课程提交一份申请，作为继续教育证明，以申请证书续期。提交每门课程的申请费为 25 美元。每份申请必须包含一份课程材料的副本，包括课程纲要或大纲、学习目标、课程教练的简历，包括学术背景和/或证书，以及课程完成情况的核实。

该申请由 ACE 专业教育根据自身制定的标准进行审核，并由 ACE 资格认证总监提供意见。申请的课程只有符合 ACE 专业教育预先批准课程所要求的类似标准才会被授予CEC。这包括教练持有 ACE 认证或四年制大学运动科学学位或相关领域的学位（如营养相关主题的营养学学位），且课程内容必须适合于提高持有特定 ACE 证书（课程申请针对该证书）的专业人员的知识、技能和能力。对于教育内容，每学习一小时可获得 0.1 个 CEC。对于活动课程、不属于实践范围或被认为不适合证书的主题、或证书课程完成后用于测试的时间，不授予 CEC。审查将在收到后 15 天内完成，之后将通知个人ACE 专业教育的最终决定。对于未获批准的课程，25.00 美元的审核及处理费将不予退还。要提交申请，请登录您的 My ACE 帐户，并在“管理我的 CEC”下，单击“申请CEC”。

维持 CPR 和 AED 证书

作为一名健康和健身专业人士，您永远不知道什么时候可能会介入危及生命的事件。考虑到这一点，ACE 要求其专业人员始终持有最新版成人 CPR/AED 证书，其中必须包括现场技能检查。

注释：仅在美国和加拿大要求有 AED 认证。

ACE 教育服务

ACE 教育服务部门可帮助 ACE 认证专业人员维护其 ACE 认证，并促进他们的职业发展。在 ACE 教育服务部门工作的每个人都至少持有一项 ACE 证书，并拥有该领域的工作经验。该专业团队可以帮助您解决很多问题，包括：

+ 证书续期流程
+ ACE 专业网站的使用
+ 职业权益
+ 证书状态
+ CEC 状态
+ 责任保险
+ 二次认证
+ 可用的 CEC 课程
+ 合格的 CEC 活动（上课的替代选择）

您可以拨打电话 800.825.3636 或 858.576.6500（分机号782）或发送电子邮件至 Support@ACEfitness.org 与 ACE 教育服务部门联系。

职业发展

ACE 致力于通过优质的继续教育、高级健身认证和商业机会帮助 ACE 认证专业人员推动其职业发展。

保险折扣：

+ 获得独家责任保险折扣。

专业折扣计划：

+ 在健身服装、教育项目、产品及其他多个方面获得专业折扣和特别优惠。

ACE 服装：

+ 通过带有 ACE 徽标的服装和其他装备体现 ACE 认证专业人员身份。寻

找 *ACE* 专业人员：

+ 这个可搜索的在线数据库位于 ACE 网站的消费者端，让您每个月都能接触成千上万的消费者，通过允许潜在雇主或客户使用简单的工具验证您的 ACE 证书，为他们提供高枕无忧的服务。

焦点小组及调查：

+ 从 ACE 决策者到媒体，我们依靠 ACE 专业人员提供有价值的反馈。

ACE 认证标志

符合 ACE 认证标准的个人有权独家使用 ACE 颁发的以下标志：

+ ACE 认证私人教练；ACE-CPT

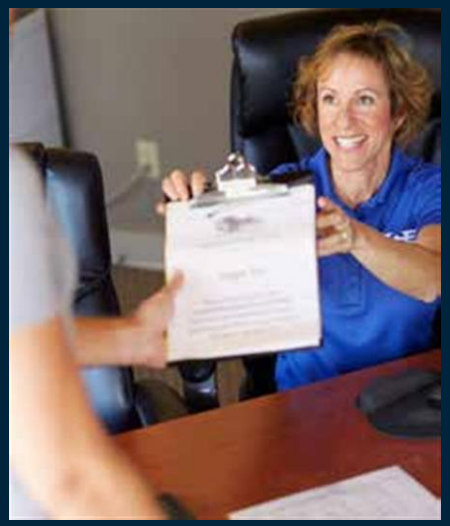
+ ACE 认证团体健身教练；ACE-GFI

+ ACE 认证健康教练；ACE-CHC

+ ACE 认证运动医学专家；ACE-CMES

被授予 ACE 证书的个人，只要其遵守 ACE 的政策，就有权将 ACE 标志与个人名字相关联以证明自己的成就。标志必须以清晰统一的方式显示。ACE 对使用这些标志的政策解释了在通过各自的认证考试后，何时以及如何向每个 ACE 认证专业人员提供这些标志。ACE 认证专业人员可以通过受密码保护的 My ACE 帐户 ACEfitness.org/MyACE 获得 ACE 徽标使用指南和 ACE 认证徽标的访问权限。违反这些政策可能导致纪律处分和/ 或吊销证书。

隐私、安全和记录保留



隐私保护

未经个人书面同意，任何在 ACE 工作、签有合同协议或提供志愿服务的个人不得泄露候选人或专业人员的信息。要求向第三方公开信息的个人必须提交一份允许信息公开的签字同意书。所有在 ACE 工作、签订合同协议或提供志愿服务的个人在开始服务前都必须签署保密协议。

所有候选人均分配到客户识别号码以作 ACE 行政用途，并会选择他们自己的用户名、电邮地址及密码来登入自己的帐户。如果候选人忘记用户名、电子邮件地址或密码，他/她可以通过电子邮件或电话联系 ACE 客户服务，后者将通过电子邮件将登录信息发送至候选人登记的电邮地址。

如果被法院传讯，或如果候选人或专业人士违反ACE 道德准则（此情况必须通知相关部门），则将向相关方提供保密信息。

某些在公共领域内可以访问的信息不被视为机密信息。此类信息包括：

+ 认证状态

+ 居住国

+ 与美国运动委员会保持一致的立场

+ 专业人员自愿同意在 ACE 网站上的“寻找专业人员”搜索引擎上发布的个人信息

美国运动委员会在其网站 ACEfitness.org/Privacy.aspx 上发布了 ACE 隐私政策信息。为了保护所有候选人、消费者以及现任和前任 ACE 认证专业人员的隐私，ACE 在其网站 (ACEfitness.org) 每一页的底部都发布了直达 ACE 隐私政策的链接。本政策解释了ACE 的在线信息实践，以及个人可以选择的信息收集和使用方式。

ACE 仅请求为使用 ACE 网站或通过电子邮件或电话联系 ACE 的个人提供最高水平的服务所需的信息。所收集的个人资料包括：

+ 姓名

+ 地址

+ 电话号码

+ 公司信息

+ 电子邮件地址

+ 信用卡/借记卡资料（仅用于购买目的 - 信用卡信息已加密）

+ 我们的站点会记录 IP 地址和浏览器类型，用于系统管理和用户功能。我们将对这些日志进行分析，以提高我网站上可用材料的价值。在跟踪用户会话时，用户会保持匿名。我们不会将 IP 地址与任何可识别个人身份的信息相关联。我们使用非识别和聚合信息来更好地设计我们的网站。

当您下订单或提出要求时，仅在完成该订单或要求的必要范围内，我们会使用您提供的有关自己或他人的信息。

我们不会出售您的电子邮件地址或任何其他个人信息。本公司可能会不时将有关本公司服务的资料发送至您所提供的电子邮件地址或通讯地址。我们可能会将您的邮寄地址出租给与我们有共同使命并符合我们的条件和优秀标准的组织。作为电子邮件收件人，您的电子邮件地址是保密的。当给您发送电子邮件时，发送者不会看到您的姓名或电子邮件地址。但是，消息的发送者始终是可以确定的，并会公开发送者的返回电子邮件地址。这一原则可促进使用者负责任地使用电子邮件，并在您认为收到了不合适的信息时将您指引到正确的来源。

ACE 将与 IDEA 健康与健身协会和/或其他第三方共享和披露经认证的健康和健身专业人员在 ACE 数据库中发布的任何信息。

为了避免收到任何邮件，您可以联系 ACE 客户服务部门。除非我们认为这样做是为了遵守法律或法律程序或保护 ACE 或其他人的利益所必要的，否则我们不会在未经您同意的情况下发布您的个人信息。

个人可以通过联系 ACE 客户服务部门来访问或更正 ACE 维护的个人身份信息。为了更好地保护隐私和安全，个人的电子邮件地址必须与用于建立帐户的电子邮件地址相匹配。ACE 使用该程序来更好地保护私人信息。为了防止未经授权的访问，维护数据的准确性，并确保信息的正确使用，ACE 已经制定了适当的物理、电子和管理程序来保护 ACE 收集的信息。ACE 网站的用户有责任对密码保密，且我们劝告用户永不向他人泄露自己的密码，即使有人声称自己是 ACE 的员工。ACE 网站可能链接到其他收集用户信息或征求个人信息的网站。ACE 无法控制这些网站；因此，ACE 不对此类网站的隐私做法或内容负责。

任何候选人、消费者、现任或前任 ACE 认证专业人员如对其档案中的信息和 ACE 保护其私人信息的政策有疑问，应与 ACE 客户服务部门联系。

如何联系 ACE 客户服务部门

+ 800.825.3636
+ Support@ACEfitness.org
+ 访问 ACE 商店，网址为 ACEfitness.org，单击“我的帐户”

记录保存期限

美国运动委员会应无限期地保留所有候选人、现任和前任 ACE 认证专业人员的记录，只要他们以组织身份与 ACE 保持联系，或直到他们书面要求删除这些信息为止。随后将删除其信息的公共记录，ACE 将安全保存成员的记录，为期五年。ACE 继续教育提供者的记录应当保留五年。我们鼓励持有 ACE 证书的专业人员将证书和继续教育信息保留四年。

安全性

ACE 信息保存在安全的数据库中，并通过电子方式存档到安全的本地网络。只能通过个人的 ACE Web 帐户访问个人信息，该帐户受到个人选择的用户名、电子邮件地址和密码的保护。任何硬拷贝的记录都被收藏在 ACE 行政大楼内安全区域的文件柜中。

附录

附录 A：不合格申诉

ACE 保留拒绝任何不符合指定资格要求的注册申请的权利。如果 ACE 认证考试的注册申请被拒，个人可以申诉并要求重新审核申请。申诉必须包括一项关于个人认为自己有资格的详细理由，以及所有证明文件。通过邮寄、电子邮件或传真提交所有资格申诉资料

ACE 资格认证部门4851
Paramount Drive San
Diego, CA 92123
电子邮箱：Credentialing@ACEfitness.org 传
真：858.576.6564

资格申诉将于收到后 10 个工作日内得到审核和答复。提交申诉的个人将收到通知，如果申诉要求得到“批准”，将指示他们继续进行考试注册，如果被“拒绝”，将告知拒绝的原因。被拒绝资格申诉的个人，如有符合拒绝申请所述要求的额外证明文件，可提出新的资格申诉。

附录 B：ACE 专业实践和纪律程序

美国运动委员会 (ACE) 的专业惯例和纪律程序旨在协助和通知认证者、认证候选人和公众有关专业行为和纪律程序的 ACE 申请和认证标准。在以下情况下，ACE 可以撤销或以其他方式对个人的申请或认证采取行动：

+ 不符合认证资格
+ 在任何认证考试中出现违规行为
+ 未被授权拥有、使用、访问或分发认证考试、成绩报告、商标、标识、书面材料、答卷、证书、持证人或申请人档案或其他机密或专有 ACE 文件或材料（注册或以其他方式）

+ 对 ACE 或公众的任何声明中存在重大失实陈述或欺诈，包括但不限于协助申请人、持照人或申请、获取或保留执照的他人做出的声明
+ 任何临时或永久性的身体、精神或情感病况，包括但不限于滥用药物，其会有损于或可能有损于合格和客观的专业表现
+ 专业工作中的疏忽和/或故意的不当行为，包括但不限于身体或情感虐待、无视安全或未经授权发布机密信息
+ 与公共卫生和/或健身指导或教育直接相关和有损于合格和客观的专业表现的重罪或轻罪的及时定罪、认罪答辩或不予争辩的答辩。这些包括但不限于对客户实施强奸、性虐待、实际或威胁使用暴力武器或违禁销售、分发或拥有（意图散布）受管制物质。
+ 不符合认证或重新获得认证的要求

ACE 制定了审查、听证和上诉的三级纪律程序，以确保公平公正地审查涉嫌违反申请和执照标准的行为，以便 (1) 确定指控的合理性和 (2) 必要时强制采取适当的制裁措施，以保护公众和执照获取过程的完整性。

注释：作为一名 ACE 认证候选人和/或认证专业人员，您被认为熟悉并遵守 ACE 道德规范、ACE 专业实践和纪律程序。请联系 ACE 索取一份完整的 ACE 专业实践和纪律程序。

附录 C：考试内容大纲

ACE 私人教练考试内容大纲

关于包括每个 ACE 认证计划全部知识和技能陈述的详细考试内容大纲，ACEfitness.org/fitness-certifications/certification-exam-content

附录 D：考试评分申诉和重新评分

考试评分申诉

考生如认为考试受到不适当的指导、不专业的监考标准、不合理的环境或其他干扰因素的影响，必须立即向监考人员反映。监考人员会将投诉记录在案并提交给Scantron，Scantron 再将投诉转交给 ACE 考试注册部进行进一步调查。在考生认为其考试受到了负面影响的任何考试实施之后，ACE 要求考生在考试后 30 天内通过电话

（800.825.3636 或 858.576.6500，分机号 783）或电子邮件（ExamRegistration@

ACEfitness.org）联系 ACE 考试注册部以报告该事件，以及它如何对成绩产生负面影响。ACE 将根据所有相关来源的信息，包括考生、监考人员和 Scantron，做出公正的决定。

考试重新评分

如果考生未能通过考试，而且认为计算机评分有误，则可提出申诉，要求对其整个考试进行人工重新评分。虽然人工评分的考试结果很少（如果有的话）与通过自动化过程获得的结果不同，但考生确实有权选择这个选项。如果请求人工重新评分， 考生必须通过电话（ 800.825.3636 或 858.576.6500，分机号783）或电子邮件（ExamRegistration@ACEfitness.org）联系 ACE 考试注册部以接收人工重新评分表。考生必须将填妥的表格连同 50 元重新评分费一并递交给 Scantron。所有人工重新评分的要求必须在原考试日期后 30 天内提出。Scantron 将在收到重新评分申请后的两到四周内通知考生其重新评分结果。

ACE®

让人们动起来

美国运动委员会

4851 Paramount Drive, San Diego, CA 92123 I 800.825.3636 I **ACEfitness.org**

印刷于美利坚合众国。版权所有 © 2017 美国运动委员会 (ACE)