



水陸運動全日營

即日起開始報名!!



- 活動地點/國立中正大學體育場館
- 課程安排/每週一梯次，共7梯次

歡迎 Welcome

熱愛運動的國小學生
~報名參加~

即刻行動



課程費用

每梯次/人/週
精緻小班制

\$4,500

每週滿10人
立即開班

(含午餐、場地器材費及保險費)

優惠方案

(符合下列之一者，享九折優待價)

- 1 於7/1(五)前完成報名繳費者
- 2 同一人參加兩梯/項目以上者
- 3 學員本人曾參加本中心舉辦之育樂營活動者
- 4 本校教職員工生之眷屬

繳費方式

親自繳費

營期前，週一至週五(09:00-17:00)上班時間至國立中正大學體育中心辦公室一營運開發組繳費。

ATM轉帳

持金融卡至全省各銀行自動櫃員機選擇「跨行轉帳」
→輸入銀行代號：玉山銀行「808」
→轉入帳號：『97020105+身份證字號後8碼』，共16碼
例如：其學員身分證字號為 A123456789 輸入時請按 9702010523456789。

繳費後，請把付款證明黏貼於報名表傳真至本中心。

貼心提醒：
請自行扣除折扣後
費用，再匯款喔！



學員保險：凡參加學員皆投保50萬平安險及5萬醫療險。
(依2021年12月1日起保險法107條規定辦理)

水陸運動全日營·課程表(週)

水陸運動課程內容，本中心保留實際課程調整之權益。

第一週次	7/04(一)	7/05(二)	7/06(三)	7/07(四)	7/08(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	攀岩初體驗	休閒獨木舟體驗	攀爬登高賽	SUP平衡感訓練	桌球小體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

第二週次	7/11(一)	7/12(二)	7/13(三)	7/14(四)	7/15(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	桌球體驗	迷你網球	桌球技巧	網球得分賽	攀岩體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

水陸運動全日營·課程表(週)

。水陸運動課程內容。本中心保留實際課程調整之權益。

第三週次	7/18(一)	7/19(二)	7/20(三)	7/21(四)	7/22(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	攀岩初體驗	高爾夫體驗	攀爬登高賽	小白球推桿趣	網球體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

第四週次	7/25(一)	7/26(二)	7/27(三)	7/28(四)	7/29(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	羽球體驗	休閒獨木舟體驗	羽球技巧	SUP平衡感訓練	跆拳道體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

第五週次	8/01(一)	8/02(二)	8/03(三)	8/04(四)	8/05(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	迷你網球	射箭體驗	網球得分賽	射箭技巧	高爾夫體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

第六週次	8/08(一)	8/09(二)	8/10(三)	8/11(四)	8/12(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	羽球體驗	跆拳道體驗	羽球技巧	跆拳道防身術	匹克球體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影

第七週次	8/15(一)	8/16(二)	8/17(三)	8/18(四)	8/19(五)
08:00-08:30	見面相見歡	早安/報到	早安/報到	早安/報到	早安/報到
08:30-09:30	棒球故事館簡介	身體動一動	身體動一動	身體動一動	身體動一動
09:30-11:30	高爾夫體驗	射箭體驗	小白球推桿趣	射箭技巧	網球體驗
12:00-14:00	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息	午餐/休息
14:00-16:00	游泳課程(1)	游泳課程(2)	游泳課程(3)	游泳課程(4)	游泳課程(5)
16:00-17:00	運動影片欣賞(1)	分組小遊戲	運動影片欣賞(2)	願望運動課	分享經驗談
17:00-18:00	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	靜思小回饋	留念合影