

高雄市體育總會多元水域運動指導班(輕艇、立槳)計畫書

一、目的:為推行「運動i臺灣」2.0計畫指導,推展水域運動提供科學化、的運動指導與服務並結合地方特色、觀光產業、地方企業等,鼓勵國民參與運動,以提升國民生活品質,達活力多元、永續運動、促進健康之目的。

二、指導單位:運動部全民運動署 高雄市政府運動發展局

三、主辦單位:高雄市體育總會

四、承辦單位:高雄市體育總會輕艇委員會、高雄市體育總會立式划槳委員會

五、辦理類別:(請於 勾選)

如結合左列節日辦理、請務必勾選: 國際女孩日、 國民體育日

類別	細項
<input type="checkbox"/> 系列活動	<input type="checkbox"/> 單一活動人數達 2,500 人次以上
	<input type="checkbox"/> 單一活動人數介於 1,500 至 2,499 人次之間
	<input type="checkbox"/> 單一活動人數介於 1,000 至 1,499 人次之間
	<input type="checkbox"/> 單一活動人數介於 500 至 999 人次之間
	<input type="checkbox"/> 單一活動人數 499 人次以下
~常態性課程	<input type="checkbox"/> 運動村里課程
	<input type="checkbox"/> 非運動村里課程
<input type="checkbox"/> 輔導作業機制	

六、活動地點:高雄市左營區蓮池潭。

七、活動時間(期程):**115年7月4**至**9月20**日,每週六、日**16:00~17:30**。

八、辦理方式:限員**20**人,於**115年6月26**日報名截止,依報名先後額滿為止。以**3**個月(**12**週)為一期程,每週**2**次每次**90**分鐘以上,共計**24**場次辦理運動健身活動。

九、活動內容:~陸地:(填入運動種類) 水域:輕艇、立槳、 海域:(填入運動種類)、 山城:(填入運動種類)、 親子、 其他:(填入運動種類)。

十、是否開放身心障礙者參加: 是、~否

十一、參與對象:**23-64**歲高雄市民

十二、參加人次:**480**人次

十三、活動行銷宣傳方式: 電視、~網路(如**FB**、**LINE**)、 廣播、~平面(如報章雜誌)、戶外(如看板)、村里長

十四、報名方式:

(1) 請上高雄市體育總會網站(<http://www.kmaf.org>)下載報名表。如附表一。

(二)填寫報名表E-mail至高雄市體育總會(army7382@yahoo.com.tw)謝唯望-0935032642。

(三)本活動免收報名費,惟報名須繳交保證金新臺幣**500**元,學員於期程中到課率達**80%**並參與體適能評量(前、後測),於期末全額退還保證

金。

(四)保證金請於報名截止日前匯款至(高雄銀行)銀行代碼:016, 帳號:
226102945504, 戶名:高雄市體育總會立式划槳委員會, 備註欄請加
註報名「單位簡稱」, 將系統印製之報名表, 清晰拍照(掃描)以電子郵件
寄至 cmas.tw@gmail.com。

銀行分行別	銀行代號	帳號	戶名
高雄銀行(三多分行)	016	226102945504	高雄市體育總會立式划槳委員會

十五、其他:活動聯絡人:謝祖耀 行動電話:0977-342888

耿仕榮 行動電話:0921-525178

附表一

高雄市體育總會多元水域運動指導班(輕艇、立槳)報名表

NO.	身分證號	姓名	年齡	性別	備註
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
備註	1.本人保證身心健康(請自行衡量身體狀況), 自願參加本次活動。 2.請詳填本報名表資料, 以便大會彙整並辦理保險。				