

樂活小子冬令營優惠專案

- 優惠一：**103/1/10前報名一梯次優惠**500元**；同時報名二梯次優惠**1,200元**，再贈送**精美手提袋**及**泳券三張**。（於活動當日統一發送給學員）
- 優惠二：**三人同行各報名二梯次，每人優惠**800元**、二人同行各報名二梯次，每人優惠**400元**。（以上優惠僅擇一優惠）

| 編號 | 活動名稱 | 活動內容 | 名額 | 天 / 梯 | 開課日期 | 費用 | 備註 |
|-----|-----------------|---|-----|--------------|------------------------------------|------|---|
| H01 | 樂活小子冬令營 | 活動內容包含羽球、桌球、籃球、魔術、氣球、兒童舞蹈、攀岩、游泳、民俗體育、兒童體能、戶外活動等課程，課程皆邀請專業教練指導，報名費用包含所有課程、午餐、點心、保險等。 | 30人 | 第一梯：7天 | 1/21、1/22、1/23、1/24、1/27、1/28、1/29 | 7000 | <ol style="list-style-type: none"> 限國小學生參加。 游泳課請著泳裝、泳帽、蛙鏡，請自備盥洗用具。 為環保，請自備水壺、碗盤、餐具。 結束贈送活動光碟。 |
| H02 | | | | 第二梯：4天 | 2/5、2/6、2/7、2/10 | 4000 | |
| H03 | 棒球小高手 (樂樂棒球) | 樂樂棒球規則介紹、棒球基本動作、傳接球技巧、擊球技巧、實戰對打 | 20人 | 3天/梯 (共6小時) | 1/27(一)-1/29(三) 上午10:00~上午12:00 | 1299 | <ol style="list-style-type: none"> 限國小學生參加。 請穿著運動服裝攜帶毛巾、水壺。 103年1月12日前報名贈送中華民國樂樂棒球協會指定標準用球一顆（於結業日統一發送給學員）。 |
| H04 | 羽球小菁英密集班 (只收6人) | 戰術演練、實戰對打 (小班制教學) | 6人 | 7天/梯 (共14小時) | 1/21、22、23、24、27、28、29 10:00~12:00 | 3999 | <ol style="list-style-type: none"> 限在學學生參加。 103年1月12日前報名贈送勝利牌羽球拍一支（於結業日統一發送給學員）。 |
| H05 | | | | 4天/梯 (共8小時) | 2/5、6、7、10 10:00~12:00 | 2299 | |
| H06 | 羽球小高手 | 羽球基本動作、接發球技巧、戰術演練、實戰對打 | 12人 | 7天/梯 (共14小時) | 1/21、22、23、24、27、28、29、14:00~16:00 | 3499 |  |
| H07 | | | | 7天/梯 (共14小時) | 1/21、22、23、24、27、28、29、16:00~18:00 | 3499 | |
| H08 | | | | 4天/梯 (共8小時) | 2/5、6、7、10 14:00~16:00 | 1999 | |
| H09 | | | | 4天/梯 (共8小時) | 2/5、6、7、10 16:00~18:00 | 1999 | |
| H10 | 籃球小高手 | 進攻、防守動作訓練、投籃及上籃訓練、籃球規則講解及示範、三對三鬥牛賽 | 20人 | 4天/梯 (共8小時) | 1/21(二)~1/24(五) 10:00~12:00 | 2499 | <ol style="list-style-type: none"> 限國小3-6年級學生參加。 103年1月12日前報名贈送斯伯丁籃球一顆（於結業日統一發送給學員）。 |
| H11 | | | | 3天/梯 (共6小時) | 2/5(三)~2/7(五) 10:00~12:00 | 1999 | |

(詳細課表，請至中心免費備索或至官網下載)

2014年臺北市中山運動中心「樂活小子冬令營」課程預定表

| 第一梯：103年1/21、22、23、24、27、28、29共7天 | | | | | | | 第二梯：103年2/5、6、7、10共4天 | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------|---------------|------------|---------------|---------------|-------------|-----------------------|-----------------------|------------|---------------|---------------|
| | 1/21(二) | 1/22(三) | 1/23(四) | 1/24(五) | 1/27(一) | 1/28(二) | 1/29(三) | 2/5(三) | 2/6(四) | 2/7(五) | 2/10(一) |
| 09:00-10:30 | 團康活動 品格教育 | 趣味美語 ABC | 戶外體驗 | 小小魔術師 | 趣味美語 ABC | 戶外體驗 | 壁虎功~ 攀岩 | 團康活動 品格教育 | 戶外體驗 | 小小魔術師 | 趣味美語 ABC |
| 10:30-10:40 | FUN 3 TIME | FUN 3 TIME | | FUN 3 TIME | FUN 3 TIME | | FUN 3 TIME | FUN 3 TIME | | FUN 3 TIME | FUN 3 TIME |
| 10:40-12:10 | 壁虎功~ 攀岩 | 舞動青春 | 午餐及休息 | 氣球大 變身 | 民俗童玩 | 午餐及休息 | 探索體驗 | 壁虎功~ 攀岩 | 午餐及休息 | 氣球大 變身 | 舞動青春 |
| 13:30-14:30 | 籃球大 進擊 | 樂樂棒球 | | 羽球體驗 | 樂活小黃球 娛樂世界 | | 籃球大 進擊 | 13:30-14:30 | | 樂樂棒球 | 羽球體驗 |
| 14:30-16:00 | 水中蛟 龍 | 戶外體驗 | 水中蛟 龍 | 戶外體驗 | 水中蛟 龍 | 14:30-16:00 | 水中蛟 龍 | 戶外體驗 | 水中蛟 龍 | 水中蛟 龍 | |
| 16:00-16:30 | 點心時 間 | | 點心時 間 | | 點心時 間 | 點心時 間 | 點心時 間 | 16:00-16:30 | 點心時 間 | 點心時 間 | 點心時 間 |
| 16:30-17:30 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 16:30-17:30 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | 寒假作 業心得 | |
| 17:30~ | 歡樂滿行囊 (賦歸) ~自行返家或家長接回 | | | | | | 17:30~ | 歡樂滿行囊 (賦歸) ~自行返家或家長接回 | | | |

◎ 課程會因場地需求而有異動，以現場為準。

◎ 承辦人：梁錕獅 副理，02-2581-1060轉241。信箱：010606@cyc.tw。

◎ 戶外體驗：剝皮寮老街、台北市鄉土教育中心、板橋林家花園、國立歷史博物館、郵政博物館、關渡自然公園

藍海鯨游泳訓練班

游泳訓練班新生報名 95 折優惠，連報兩期皆享有 9 折優惠（泳隊、課後班及銀髮族尊榮泳訓班除外）

- 一、本中心地下二樓為溫水游泳池，全年水溫維持攝氏28度至30度，適合各年齡層學習。
- 二、本中心特聘多名專業男、女游泳教練，教學經驗豐富，且兼具熱心與耐心，有口皆碑。
- 三、課程內容：游泳教學標準級數程序辦法詳如：<http://cssc.cyc.org.tw>或向服務台索取。
- 四、各項課程費用包括：教練費、門票、保險、教材等；課程均限本人參加，不得私自轉讓或頂替。
- 五、報名前應妥善安排公私事宜，全程參與課程，以達最佳學習效果，未到者不予補課。
- 六、學員請自備泳裝、泳鏡。（上課泳帽由本中心提供，以便管理與識別）。
- 七、為維護水質清潔，泳池內只能飲用白開水，請自備環保杯。

備註

1. 歡迎自組團體報名，兒童及成人班，每班人數以6-8人為原則；幼兒班每班人數以3-4人為原則。
2. 幼兒泳訓班之家長1人免費進場協助幼兒更衣，第2位5折優惠，第3位起依規定購票。
3. 兒童泳訓班之陪同家長1位5折優惠，第2位起依規定購票。（只協助兒童更衣不購票入場者，可至B1入口押證件或是押金200元，限時15分鐘，逾時補半票價）

K：幼兒優質級泳訓班（年齡3足歲至6歲，每班3~4人）（1/30.1/31.2/3.2/4停課）

| 編號 - 日期 | 課程名稱 | 星期 | 時間 | 時數 | 金額 |
|-----------------------------|---------|-----|-------------|----|-------|
| K01:0106-0117、K02:0121-0207 | 幼兒基礎班 | 一至五 | 10:00~11:00 | 10 | 4,600 |
| K11:0106-0117、K12:0121-0207 | 幼兒基礎班 | 一至五 | 16:00~17:00 | 10 | 4,600 |
| K21:0106-0117、K22:0121-0207 | 幼兒初級班 | 一至五 | 11:00~12:00 | 10 | 4,600 |
| K31:0106-0117、K32:0121-0207 | 幼兒初級班 | 一至五 | 17:00~18:00 | 10 | 4,600 |
| K41:0104-0126 | 幼兒基礎假日班 | 六、日 | 10:00~11:00 | 8 | 3,680 |
| K51:0104-0126 | 幼兒基礎假日班 | 六、日 | 16:00~17:00 | 8 | 3,680 |
| K61:0104-0126 | 幼兒初級假日班 | 六、日 | 11:00~12:00 | 8 | 3,680 |
| K71:0104-0126 | 幼兒初級假日班 | 六、日 | 17:00~18:00 | 8 | 3,680 |

Y：兒童優質級泳訓班（年齡7足歲至15歲，每班6~8人）（1/30.1/31.2/3.2/4停課）

| | | | | | |
|-----------------------------|---------|-----|-------------|----|-------|
| Y01:0106-0117、Y02:0121-0207 | 兒童基礎班 | 一至五 | 10:00~11:00 | 10 | 2,800 |
| Y11:0106-0117、Y12:0121-0207 | 兒童基礎班 | 一至五 | 13:00~14:00 | 10 | 2,800 |
| Y21:0106-0117、Y22:0121-0207 | 兒童基礎班 | 一至五 | 17:00~18:00 | 10 | 2,800 |
| Y31:0106-0117、Y32:0121-0207 | 兒童初級班 | 一至五 | 11:00~12:00 | 10 | 2,800 |
| Y41:0106-0117、Y42:0121-0207 | 兒童初級班 | 一至五 | 14:00~15:00 | 10 | 2,800 |
| Y51:0106-0117、Y52:0121-0207 | 兒童初級班 | 一至五 | 18:00~19:00 | 10 | 2,800 |
| Y61:0104-0125 | 兒童基礎假日班 | 六、日 | 10:00~11:30 | 10 | 2,800 |
| Y71:0104-0125 | 兒童基礎假日班 | 六、日 | 15:00~16:30 | 10 | 2,800 |
| Y81:0104-0125 | 兒童初級假日班 | 六、日 | 11:30~13:00 | 10 | 2,800 |
| Y91:0104-0125 | 兒童初級假日班 | 六、日 | 16:30~18:00 | 10 | 2,800 |

U：個別菁英級泳訓班

| 課程名稱 | 星期及時間 | 時數 | 金額 |
|-----------------------|--------|----|--------|
| 一般游泳教學(1對1教學) | 自訂10小時 | 10 | 10,000 |
| 泳姿矯正班(1對1教學) | | | |
| 特殊游泳教學(1對1教學) | | | |
| 親子教學(1大人+1小孩)或(1對2教學) | | | |
| 親子教學(1大人+2小孩)或(1對3教學) | | | |
| 親子教學(1大人+3小孩)或(1對4教學) | 12,000 | | |
| | | | 14,000 |
| | | | 16,000 |

V：中山泳隊進階訓練班（限小一至小六生）如需報名請先告知櫃台需先測驗

| | | | | |
|------------------------------------|-----|-------------|-----|-------|
| V01:0121-0207（1/30.1/31.2/3.2/4停課） | 一至五 | 17:00-19:00 | 10堂 | 2,500 |
|------------------------------------|-----|-------------|-----|-------|

- 報名須知**
1. 歡迎現場報名（臺北市中山區中山北路2段44巷2號，捷運淡水線中山站地下書街R9出口）。
 2. 報名洽詢電話：(02)2581-1060 轉 233 櫃台人員、251 王蔚滢 副理或轉 241 梁錕獅 副理
 3. 名額有限，額滿為止。

臺北市中山運動中心2014年寒假冬令營隊報名表

| | | | | | |
|--------|--|------|------|-------|-------|
| 姓名 | 出生年月日 | | | 年 月 日 | 身分證字號 |
| 營隊編號 | 營隊名稱 | | | 性別 | |
| 就讀學校 | 年級 | | 家長姓名 | | |
| 住址 | | | | | |
| e-mail | (寄發報到通知用，務必填寫) | | | | |
| 電話 | 公： | 私： | 手機： | | |
| 同意書 | 本人同意子弟 參加 2014 年寒假冬令營隊，且已詳閱注意事項，並要求本人子弟確實遵守團體紀律，如有違反規定而致意外，概由本人自行負責。 | | | | |
| | 家長（監護人）簽章： | | | 年 月 日 | |
| 費用 | 收款人 | 收據編號 | | | |
| 注意事項 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 舉凡患有心臟病、高血壓、糖尿病、皮膚病、癩病、氣喘或其他不適合參加團體活動的病症，請勿報名。如違規定而致意外須自行負責。 2. 如因人數不足無法開辦，將於營隊開始前通知退費（全額無息），請持原收據。 3. 完成報名繳費者，若遇身體受傷或生病，須持醫院證明及收據，於營隊開始前辦理退費，並酌扣手續費 360 元，其餘恕不受理。若遇出國、返校，須持證明、報到通知單、收據及個人證件辦理轉隊，費用多退少補，轉隊僅限乙次。 4. 逢颱風、豪雨、地震等天災均依照臺北市政府宣布停課為準，恕不另行通知。 5. 報名表各欄敬請正確詳細填寫，俾利各項準備作業，並保障營隊優良品質及服務水準。本表依照政府個人資料保護法相關規定，妥為保密，敬請安心填寫。 | | | | |