

2017年
夏令營隊簡章
即日起開始報名!



FB 粉絲專頁



官網

暑期游泳
密集班
熱烈招生中

更多游泳班資訊請上本中心
 官網查詢或洽詢1樓櫃檯

每週一~五 5堂1400元 超值優惠無折扣

編號	日期	時間	編號	日期	時間	編號	日期	時間
Y001	0703-0707	09:30-10:30	Y002	0710-0714	09:30-10:30	Y003	0717-0721	09:30-10:30
Y011	0703-0707	11:00-12:00	Y012	0710-0714	11:00-12:00	Y013	0717-0721	11:00-12:00
Y021	0703-0707	14:00-15:00	Y022	0710-0714	14:00-15:00	Y023	0717-0721	14:00-15:00
Y031	0703-0707	15:30-16:30	Y032	0710-0714	15:30-16:30	Y033	0717-0721	15:30-16:30
Y004	0724-0728	09:30-10:30	Y005	0731-0804	09:30-10:30	Y006	0807-0811	09:30-10:30
Y014	0724-0728	11:00-12:00	Y015	0731-0804	11:00-12:00	Y016	0807-0811	11:00-12:00
Y024	0724-0728	14:00-15:00	Y025	0731-0804	14:00-15:00	Y026	0807-0811	14:00-15:00
Y034	0724-0728	15:30-16:30	Y035	0731-0804	15:30-16:30	Y036	0807-0811	15:30-16:30
Y007	0814-0818	09:30-10:30	Y008	0821-0825	09:30-10:30	6歲以上~國中生 請自備泳衣、泳帽、泳鏡 大毛巾盥洗用品。		
Y017	0814-0818	11:00-12:00	Y018	0821-0825	11:00-12:00			
Y027	0814-0818	14:00-15:00	Y028	0821-0825	14:00-15:00			
Y037	0814-0818	15:30-16:30	Y038	0821-0825	15:30-16:30			



報名資訊

報名方式：採臨櫃報名繳費
 洽詢電話：2581-1050#9
 #236王副理 #232丁副理
 中心網址：<https://cssc.cyc.org.tw/>
 中心地址：臺北市中山區中山北路二段44巷2號
 交通方式：松山新店/淡水信義線中山站下車後
 沿地下捷運書街至R9出口 步行3分鐘

退費、轉班相關辦法

報名後如因故不克參加，請持繳費證明單、發票辦理退費
 退費請於開課前辦理，逾期申請不予受理；如為其他因素
 例：返校日、受傷...等，請另附證明文件辦理。
 ◆依臺北市教育局短期補習班管理條例第33條規定：
 報名後至實際開課日前第8日退還所繳費用90%。
 開課前第7日至第1日(第一堂課前)至課程開始前退還所
 繳費用80%。實際開課日起至第二次上課日前退還所繳
 費用70%。第二次上課後至第三次課程開始前退還所繳
 學費之50%。第三次課程開始後恕不退費。
 ◆報名人數不足而無法開班，本中心將另行通知轉班或全
 額退費；如不開課將於活動前三天以電話或簡訊通知。
 ◆轉班(限未滿之班級)請於原定開課前三天持繳費證明
 單及發票辦理，逾期不予受理，限轉班一次。
 ◆本辦法若有不足之處，依照本中心運動研習課程辦法之
 規定。

日歸營

樂活小子 體驗營



活動內容包含羽球、桌球、籃球、桌遊、
攀岩、游泳、益智、扯鈴、戶外活動、跆拳道、體適能、
樂樂棒球、樂高、舞蹈、躲避飛盤、魔術、兒童瑜珈、手作DIY
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。

活動梯次 每梯次名額30人

H01 7/03(一)~7/14(五)
H02 7/17(一)~7/28(五)
H03 7/31(一)~8/11(五)
H04 8/14(一)~8/25(五)

10天
9,900元

報名任1週 5天
5,500元
恕無折扣

報名享優惠

1. 5/31前報名任一梯次可享**9**折優惠。
2. 6/18前報名任一梯次可享**95**折優惠。
3. 報名任兩梯次可享**88**折優惠。
4. 報名四梯次可享**8**折優惠。
5. 凡報名參加日歸營均可獲贈本中心精心準備精美禮品。

開課後每人贈送乙份



第1週

日期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
10:00~12:00	相見歡	籃球	手作DIY	益智	樂樂棒球
10:30~10:40	FUN TIME				
10:40~12:10	桌球	扯鈴	魔術	舞蹈	攀岩
12:10~13:30	午餐及休息				
13:30~14:30	跆拳道 體適能	躲避飛盤 13:00~14:30	桌遊 13:30~15:00	羽球	兒童瑜珈
14:30~16:00	水中蛟龍		電影賞析 15:00~16:30	水中蛟龍	
16:00~16:30	點心時間				
16:30~17:30	閱讀及作業時間				
17:30	自行返家或家長接回				



第2週

時間\日期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
10:00~12:00	樂高	籃球	戶外教學	益智	樂樂棒球
10:30~10:40	FUN TIME			FUN TIME	
10:40~12:10	桌球	扯鈴		舞蹈	攀岩
12:10~13:30	午餐及休息			午餐及休息	
13:30~14:30	跆拳道 體適能	躲避飛盤 13:00~14:30		羽球	兒童瑜珈
14:30~16:00	水中蛟龍	水中蛟龍 15:00~16:30		水中蛟龍	
16:00~16:30	點心時間			點心時間	
16:30~17:30	閱讀及作業時間		閱讀及作業時間		
17:30	自行返家或家長接回		自行返家或家長接回		

注意事項

1. 限國小學生參加。
2. 游泳課程請攜帶泳鏡、泳帽、泳鏡。請自備盥洗用具。
3. 活動期間請穿著運動服裝、運動鞋並攜帶小外套、運動毛巾、及運動後換衣物，為環保請自備水瓶、碗盤、餐具。
4. 課表視場地需求及課程狀況調整，以實際上課地點為準。





籃球+羽球+游泳課程 適合9-15歲

BB01 7/03-7/07	BB05 7/31-8/04
BB02 7/10-7/14	BB06 8/07-8/11
BB03 7/17-7/21	BB07 8/14-8/18
BB04 7/24-7/28	BB08 8/21-8/25

每週一~五 10:00-17:00 5天 名額6人 6,800元

籃球+桌球+羽球課程 適合9-15歲

TB01 7/03-7/07	TB05 7/31-8/04
TB02 7/10-7/14	TB06 8/07-8/11
TB03 7/17-7/21	TB07 8/14-8/18
TB04 7/24-7/28	TB08 8/21-8/25

每週一~五 10:00-17:00 5天 名額6人 7,000元

籃球+桌球+游泳課程 適合9-15歲

BT01 7/03-7/07	BT05 7/31-8/04
BT02 7/10-7/14	BT06 8/07-8/11
BT03 7/17-7/21	BT07 8/14-8/18
BT04 7/24-7/28	BT08 8/21-8/25

每週一~五 10:00-17:00 5天 名額6人 8,500元



貼心叮嚀

各項課程皆邀請專業教練指導
五天課程可學習到各項基礎運動技能
費用含午餐、保險及點心。

三合一運動營課表

代號/時間	BB	BT	TB
10:00~12:00	籃球		
12:00~13:00	午餐及休息		
13:00~15:00	羽球	桌球	桌球
15:00~16:30	游泳	游泳	羽球
16:30~17:00	點心時間		



早鳥優惠

- 5/31前任選兩梯次(含)以上, 可同享85折優惠 需同時報名
- 6/18前任選兩梯次(含)以上, 可同享88折優惠 需同時報名
- 舊生報名任一梯次可享9折優惠
初階模型製作營不適用上述優惠; 且上述折扣不得合併使用

籃球營 適合9-15歲

BK01 7/03-7/07	BK05 7/31-8/04
BK02 7/10-7/14	BK06 8/07-8/11
BK03 7/17-7/21	BK07 8/14-8/18
BK04 7/24-7/28	BK08 8/21-8/25

每週一~五 10:00-12:00 5天 名額20人 3,500元



中山運動中心將帶給大家更專業、更完整的暑期籃球營隊！
籃球營與SPORT STAR合作，期待透過SPORT STAR對於運動的熱愛以及專業性，有系統地透過年齡和技術程度作出課程分級，讓課程的內容更全面並且適合每一位學員。
SPORT STAR在硬體及教學器材上的使用，是經過專業教練及體適能團隊針對課程目標年齡的學員所設計，目的是提升學員的運動能力及身體核心能力，期望全新的組合及課程提升計畫，能讓內容更精緻、更豐富也更有效率，與SPORT STAR共同創造豐富、趣味、充滿魅力的體育活動。

擁有國家B級、C級籃球教練證教練團
2005-2010 台北市立體育學院推廣教育中心籃球課程 授課教練
2011 Conti籃球夏令營 策劃執行團隊
2011-2013 裕隆納智捷籃球隊籃球夏令營策劃執行團隊
2011-2016 臺北市大安運動中心籃球課程策劃執行團隊
2011-2016 臺北市文山運動中心籃球課程策劃執行團隊
2014-2016 金門酒廠籃球隊籃球夏令營策劃執行團隊
2016-2017 臺北市中山運動中心籃球課程 策劃執行團隊



昭昭老師 師資群

幼兒肢體開發律動 適合3-6歲

BD01 7/03-7/14	BD03 7/31-8/11
BD02 7/17-7/28	BD04 8/14-8/25

每週一~三 15:10-16:10 6天 名額10人 2,500元

課程起初從日常聽到的幾首兒歌帶起～
讓寶貝們可以馬上熟悉並唱唱跳跳～
也會加幾首流行歌～課程中會以穿插不同的遊戲方式訓練寶貝們的大小肌肉平衡創造力等～也能讓寶貝培養跳舞的興趣，歡迎開心跟著昭昭老師跳舞喔！

初階模型製作營

SD鋼彈-UC世代

材料費200元另計

- MD01 7/07 適合6-10歲沒有組裝經驗的學童
MD02 7/14 適合11-14歲稍具或不具模型組裝經驗的學童

初階模型製作營

迷你熊小怪

材料費200元另計

- MD03 7/21 適合6-10歲沒有組裝經驗的學童
MD04 7/28 適合11-14歲稍具或不具模型組裝經驗的學童

初階模型製作營

妖怪手錶-來自美國的妖怪們

材料費200元另計

- MD05 8/04 適合6-10歲沒有組裝經驗的學童

初階模型製作營

航海王-偉大船艦

材料費400元另計

- MD06 8/11 適合11-14歲稍具或不具模型組裝經驗的學童

初階模型製作營

SD鋼彈-新世代

材料費200元另計

- MD07 8/18 適合6-10歲沒有組裝經驗的學童
MD08 8/25 適合11-14歲稍具或不具模型組裝經驗的學童

透過閱讀平面的組裝說明書，理解並拼裝立體零件，使用套件貼紙及專用筆為作品美化加工。在開心地玩樂過程中，同時培養學童邏輯力、專注力、耐力、手作力及創造力。

模型材料費由老師統一代購，請於上課時直接繳於老師並領取收據
貼心提醒：課程會使用到斜口鉗，請家長自行評估小朋友是否適合。



Ping's Workshop 老師

現任: Ping's Workshop 專任講師
曾任: 寶善會彩虹牧場暑期營隊
講師: 郭大猷 小大師 暑期營隊講師
2007 電擊鋼彈模型王 團體組冠軍
2008 電擊鋼彈模型王 團體組冠軍
2010 世界盃鋼彈模型大賽 臺灣區團體組冠軍世界決賽團體組冠軍
2012 鋼彈模型製作家世界盃 (GFWC) 臺灣區冠軍

14:00-16:00
每週五 2小時
名額15人 500元



擊劍西洋劍

- FC01 7/03-7/07 FC03 7/17-7/21
FC02 7/10-7/14 FC04 7/24-7/28

每週一~五 15:00-17:00 5天 名額10人 2,500元

擊劍為2017世大運比賽項目之一，擊劍訓練是最好的對抗性休閒運動。它對抗激烈但沒有近身衝撞，勇敢但不野蠻；它重技巧、講戰術、開發智力、提高速度，令人頭腦靈活動作機敏。擊劍可給大腦許多良好的刺激，練習過程不單是骨骼肌肉的收縮，而是空間感知。擊劍訓練對體能要求適中，一般人均能接受和掌握。擊劍訓練可以調劑身體機能，釋放心情壓力，它帶給你的樂趣比跑步機上所得更多，也比重量器械訓練中獲得更健美優雅的體態。擊劍講究未曾學藝先學禮，推崇禮儀、公平、平和的貴族精神。



陳煌章教練團隊

擁有國家B級、C級擊劍教練證、現役國手教練團各運動中心擊劍課程策劃執行團隊

麵包

2013年

第一屆Touch Aero舞蹈

大賽季軍隊伍 指導老師

2014年

第二屆Touch Aero舞蹈大賽

冠軍 & 亞軍隊伍指導老師

臺北市各大運動中心MV流行舞蹈老師



迷你網球

是一項安全又有趣味性的運動，成功降低打網球的年齡層，適合小小孩及親子同樂並且奠定兒童網球基礎。課程主要可讓有關於網球的基本動作培養幼兒的肌肉發展、專注力、協調性及體能。學習過程中提升幼兒對於運動的成就感與喜好，充分培養運動的習慣與興趣。

迷你網球小小兵 適合3-6歲

- MT01 7/03-7/07 MT05 7/31-8/04
MT02 7/10-7/14 MT06 8/07-8/11
MT03 7/17-7/21 MT07 8/14-8/18
MT04 7/24-7/28 MT08 8/21-8/25

每週一~五 11:00-12:00 5天 名額10人 1,500元



陳煌章教練

羽球小菁英

- BM01 7/03-7/14
BM02 7/17-7/28
BM03 7/31-8/11
BM04 8/14-8/25

每週一、四、五 10:00-12:00 6天 名額5人 3,800元



陳元鼎教練親自指導



可自備球拍

MTV舞蹈密集班

- DD01 7/03-7/14 DD03 7/31-8/11
DD02 7/17-7/28 DD04 8/14-8/25

每週一、二、五 11:00-12:00 6天 名額15人 2,500元

引領孩子認識身體各部位，訓練柔軟度，節奏感，平衡感，藉由音樂配合舞蹈動作引導孩子建立更完整的身體認知，結合最新流行的歌曲，編排一系列適合小朋友的流行舞蹈，展現肢體活力，培養自信與美感。



桌球營

- TT01 7/03-7/07 TT04 7/24-7/28
TT02 7/10-7/14 TT05 7/31-8/04
TT03 7/17-7/21 TT06 8/07-8/11

每週一~五 10:00-12:00 5天 名額12人 2,500元

課程包含桌球比賽規則介紹、入門基本動作介紹步法訓練等，藉由桌球短距離快速來回的運動特性，以訓練孩子視神經反射動作靈敏度，攻防中快速思考並做出正確回應，促進手眼身體的協調性，培養對戰默契，從對戰中享受比賽的樂趣。

羽球營 小班制

- BM05 7/03-7/07 BM09 7/31-8/04
BM06 7/10-7/14 BM10 8/07-8/11
BM07 7/17-7/21 BM11 8/14-8/18
BM08 7/24-7/28 BM12 8/21-8/25

每週一~五 13:00-15:00 5天 名額6人 3,300元

羽球營

- BM13 7/03-7/07 BM17 7/31-8/04
BM14 7/10-7/14 BM18 8/07-8/11
BM15 7/17-7/21 BM19 8/14-8/18
BM16 7/24-7/28 BM20 8/21-8/25

每週一~五 15:00-17:00 5天 名額12人 2,500元

陳元鼎師資團隊

透過中心專業羽球教練群指導，用趣味的方式輕鬆快樂的學習羽球技能、團隊精神及鍛鍊基本體能。課程內容包含球場比賽規則介紹、基本步法、擊球、發球、長球、短球、吊球、挑球、殺球，在分組競賽和成果驗收中藉此提升小小運動員的協調性、敏捷性和判斷能力。