**新竹市辦理107年運動i臺灣計畫申請計畫書**

**專案類別：專案四、運動城市推展專案**

**活動類別：基層運動風氣推展**

**活動項目：健行活動**

**活動名稱：新竹市107年十八尖山健行活動**

**承辦單位：新竹市體育會土風舞委員會**

一、目的：本計畫願景在於「自發、樂活、愛運動」，其中「自發」為強化國人自發  
性、自主性的規律運動習慣；「樂活」為讓運動結合生活及文化，發展地方性的特色運動；「愛運動」為培養國人運動興趣，使國人從為個人健康而運動，提升為愛好運動而運動。

二、指導單位：教育部體育署、新竹市政府

三、主辦單位：新竹市體育會

四、承辦單位：新竹市體育會土風舞委員會

五、活動日期：107年09月29日。

六、活動時間：星期六，08：00 - 12：00。

七、活動地點：十八尖山

八、活動連絡人：陳秋蘭 總幹事

　　（一）連絡人電話：0910-053000

　　（二）連絡人電子信箱：ccl3699@yahoo.com.tw

九、辦理方式：  
　　（一）活動報名截止日：自107年09月01日至09月20日止。  
　　（二）活動報名方式：新竹縣竹北市博愛街323巷9-1號

電話：(03)5553999 手機:0910-053000

傳真：(03)5556666

（三）1、活動內容：健行、帶動唱、土風舞教學聯歡。

2、活動流程：

|  |  |
| --- | --- |
| 時 間 | 活　　　動　　　內　　　容 |
| 8：00 ~ 8：30 | 集合地點：博愛街入口停車場處的變葉木步道獅子亭  各單位派員向大會辦理報到，領取礦泉水及關卡卷  受理一般民眾報名 |
| 8：00 ~ 9：00 | 健行路線：十八尖山獅子亭 → 觀音亭上方涼亭 → 愛林亭  前廣場 |
| 9：00 ~ 9：50 | 帶動唱及舞蹈教學 |
| 9：50 ~ 11：30 | 土風舞聯歡 |
| 11：30 ~ 12：00 | 賦歸 |

3、活動方式：免報名費，當日於集合地點集合，完成全程者送紀念品1份

4、注意事項：

（1）參加健行活動之人員，請自備雨具或輕便雨衣，以備不時之需。

（2）請依健行路線指標前進並遵循嚮導員引導。

（3）救護醫療部份，由衛生局核派救護車及醫護人員支援。並由主辦單

位辦理團體活動平安保險。

（四）活動特色：健行民眾漫步在十八尖山，享受城市森呼吸。結合土風舞運

動，發展地方性的特色運動；培養國人運動興趣，使國人從

為個人健康而運動，提升為愛好運動而運動。於全民參與舞

出健康、舞出活力、舞出魅力與美麗，使人人是主角、健康

活到老。

　　（五）參與對象：社區一般民眾、學校家長、愛好土風舞運動者