**新竹市111年度跆拳道暑期育樂營實施計畫**

1. 目 的：發揚武道精神，向下紮根推廣跆拳道運動，提供短期簡易的課程，讓學員了解跆拳道運動之內涵。
2. 依 據：新竹市體育會111年度全民體育活動計畫辦理。
3. 指導單位：新竹市政府、新竹市體育會。
4. 主辦單位：新竹市體育會跆拳道委員會。
5. 協辦單位：延平跆拳道訓練中心。
6. 參與對象：國小、國中學員
7. 參與人數：預計2期程，共計30人。
8. 辦理期程：

111年7月4日至7月8日（第一期程，共計75人次）

111年7月18日至7月22日（第二期程，共計75人次）

1. 活動時間：每週一至五，9:00-17:00
2. 活動地點：延平跆拳道訓練中心(新竹市經國路三段87號)
3. 活動聯絡人：高玉朋0927-526007
4. 報名方式：
5. 報名截止日期：第一期至7月1日前

　　　　　　　第二期至7月15日前

（二）報名費用：3000

（三）報名表傳遞方式：以下資料面交經國路三段87號

或e-mail至kaoyupeng@gmail.com

學員姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 出生日期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

身分證字號：\_\_\_\_\_\_\_\_\_緊急聯絡人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

家長LINE ID：\_\_\_\_\_\_\_\_

（四）聯絡人姓名：高玉朋

連絡電話：0927-526007

電子信箱：kaoyupeng@gmail.com

1. 課程內容：
2. 跆拳禮儀
3. 肌力訓練
4. 協調訓練
5. 手部動作體驗課
6. 戶外體能
7. 足技體驗課程
8. 平衡訓練
9. 敏捷訓練
10. 自由對練體驗課程
11. 小遊戲
12. 主辦單位將於活動期間全程投保公共意外險。
13. 本辦法若有未盡事宜得隨時修正並公告週知。