**新竹市112年度競走暑期育樂營實施計畫**

1. 目 的：
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：新竹市體育會田徑委員會。
5. 協辦單位：載熙國小
6. 參與對象：本市學生
7. 參與人數：共計54人。
8. 辦理期程：

 112年7月10日至7月15日（週一至週六，共計6天）

1. 活動時間：每週一至週五早上08:00—10:30下午:15:30—18:30

 週六早上08:00—10:30

 活動地點：載熙國小田徑場。

1. 活動聯絡人：彭鎮達 0933-084917
2. 報名方式：

（一）報名截止日期：即日起至112年7月5日(三)止。

（二）報名費用：免費

（三）報名表傳遞方式：以電子信箱

（四）聯絡人姓名：彭鎮達

連絡電話：0933084917電子信箱：thps023@thps.hc.edu.tw

1. 課程內容：

 (ㄧ)競走規則介紹。

 (二)競走基本動作練習。

 (三)競走輔助動作練習。

十三、因應防疫期間，每日將量測體溫，並落實參加人員實名制。

十四、備註：自行準備茶水及更換衣物。

十五、主辦單位將於活動期間全程投保公共意外險。

十六、本辦法若有未盡事宜得隨時修正並公告週知。

**新竹市112年度競走暑期育樂營課程內容教練簽領紀錄**

**上課時間:** 每週一至週五，早上06:50—09:50下午:15:00—18:00。

週六:早上8:00-10:30

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 課程內容 | 上課節數 | 教練簽名 | 備註 |
| 7/10 | 1.競走規則介紹。2.競走基本動作練習。3.競走輔助動作練習。4. 競走技術動作修正。 | **4** |  |  |
| 7/11 | 1.競走基本動作練習。2.競走輔助動作練習。3.競走技術動作修正。4.競走體能訓練。 | **4** |  |  |
| 7/12 | 1.競走基本動作練習。2.競走輔助動作練習。3.競走技術動作修正。4. 競走體能訓練。 | **4** |  |  |
| 7/13 | 1.競走基本動作練習。2.競走輔助動作練習。3.競走技術動作修正。4. 競走體能訓練。 | **4** |  |  |
| 7/14 |  1.競走規則介紹。2.競走基本動作練習。3.競走輔助動作練習。4. 競走技術動作修正。 | **4** |  |  |
| 7/15 | 1.競走規則介紹。2.競走基本動作練習。3.競走輔助動作練習。4. 競走技術動作修正。 | **4** |  |  |
| 節 |  | 24 |  |  |

 備註: 上課時數24節以20節計費。

製表人: 總幹事: 主任委員:

**新竹市111年度競走暑期育樂營參加學生名單**

**參加學生名單: 54人**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 林琪樂 | 陳宥崴 | 趙俊欽 | 林大崴 | 林子宸 | 蘇詩雯 | 鍾杰佑 |
| 徐培睿 | 彭品程 | 陳泳卉 | 侯宣任 | 紀沛辰 | 賴禹安 | 蔡嘉晉 |
| 古承鑫 | 蔡昀蓁 | 張可瀚 | 鄭閎碩 | 李宥泉 | 劉學璟 | 戴雨晴 |
| 曾祥寶 | 吳昊聲 | 任雅萱 | 胡睿耘 | 許瀞云 | 鄭顥澤 | 胡禧瑄 |
| 翁苡瑄 | 余雅缃 | 溫家均 | 吳沛玹 | 吳其昕 | 王芊涵 | 陳欣柔 |
| 胡品蓁 | 曹雅涵 | 范裕紳 | 劉芮瑄 | 顏若璇 | 黃翊婷 | 張嘉甯 |
| 蘇龢 | 蘇宬 | 張皓甯 |  |  |  |  |