

## 109 年運動 I 臺灣計畫水域運動樂活計畫-划船、獨木舟體驗營

### 活動計畫書

- 一、目的：積極推廣本市划船、獨木舟運動，促進市內划船、獨木舟運動人口數增加及全民化，體驗划船、獨木舟趣味性。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：桃園市政府
- 四、承辦單位：桃園市體育會划船委員會
- 五、協辦單位：立法委員呂玉玲平鎮服務處、國立臺北商業大學、國立體育大學、桃園市立石門國民中學、桃園市立百吉國民小學。
- 六、活動地點：石門水庫阿姆坪水域及百吉國小。
- 七、活動日期：109 年 9 月 6 日至 8 日共 3 天(每天 4 次共 12 梯)。  
活動時間：上午 8 時~下午 17 時(每梯次 35 人)
- 八、辦理方式：(含活動特色及執行方式)

| 地 點<br>時 間  | 石門水庫阿姆坪生態公園          | 活動地點      |
|-------------|----------------------|-----------|
| 第一梯         |                      |           |
| 07:30~08:00 | 學員報到                 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 08:00~08:50 | 水域安全宣導<br>划船、獨木舟運動介紹 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 09:00~09:50 | 划船、獨木舟水上體驗           | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 第二梯         |                      |           |
| 09:30~10:00 | 學員報到                 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 10:00~10:50 | 水域安全宣導<br>划船、獨木舟運動介紹 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 11:00~11:50 | 划船、獨木舟水上體驗           | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 第三梯         |                      |           |
| 12:30~13:00 | 學員報到                 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 13:00~13:50 | 水域安全宣導<br>划船、獨木舟運動介紹 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 14:00~14:50 | 划船、獨木舟水上體驗           | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 第四梯         |                      |           |
| 14:30~15:00 | 學員報到                 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 15:00~15:50 | 水域安全宣導<br>划船、獨木舟運動介紹 | 石門水庫阿姆坪水域 |
| 16:00~16:50 | 划船、獨木舟水上體驗           | 石門水庫阿姆坪水域 |

- 九、參與對象、人數：凡對划船及獨木舟有興趣者，歡迎個人、全家或組隊參加。  
(以 6 歲至 60 歲民眾)。

十、預計參與人數：預計（420）人。

十一、報名方式：

1.自公告日起或額滿截止。

2.活動簡章及報名表，請至桃園市政府體育局網站最新活動訊息下載。

3.請自行網路填寫報名表單：

(<https://docs.google.com/forms/d/1jSWE9w3uN0QGIHKByffGjROMQvd12BWMFtEopvBrfKQ/edit>)及填妥報名表請填妥報名表及切結書郵寄至:325 桃園市龍潭區文化路 (陳昭元收)，並來電確認，報名服務電話：陳昭元 0955-017674。

十二、本活動免收費用，凡報名者不得調整日期及梯次，因活動採預約制，繳交保證金事項如下：

1.報名表單填寫後3天內請預繳活動保證金每人200元，未交者視同放棄(請匯款至帳戶：桃園市體育會划船委員會，臺灣銀行龍潭分行，銀行代號：004，帳號：226001003615，並註記姓名，以利查核)。

2.保證金繳交之後，請再註明姓名與活動日期後，以 [e-mail: rwo19860118@hota.mil.com](mailto:rwo19860118@hota.mil.com)，才算完成預約。

3.全程參加活動者及遇天災(天災指人事行政局宣佈停止上班、上課)，或本會主動通知活動取消，保證金全額退還；如未全程參加活動者取，恕無法退還保證金，所繳保證金將退內入本活動自籌款項。

4.錄取名單於109年8月31日網站公佈 Facebook：阿姆坪水上休閒活動公告。

十三、注意事項：

1.請自備更換衣物、帽子及雨具。

2.不適宜水域活動之民眾請勿報名參加。

3.本活動如遇下雨或不可抗力事件或天災，主辦單位得視情節決定取消或擇期舉行，詳細請注意網站 Facebook：阿姆坪水上休閒活動公告，本會不另行通知。

4.保險內容：本活動已為參與活動學員投保意外險，保險內容15歲以上300萬意外傷害20萬意外醫療未滿15歲及200萬意外傷害(不含身故)20萬意外醫療。

5.救護方案：大會備簡易醫藥箱，有輕傷可立即救護包紮，如遇緊急意外事故，請就近向工作人員或119通報即時救助。

十四、活動聲明：本人(或本團體)已閱讀本活動之活動計劃，並同意大會於本活動之安排，並保證本人(或本團體成員皆)身心健康，志願參加本活動。倘若於活動中發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關。本人(或本團體)於參加活動中所有影片或照片之肖像權，亦將提供主辦單位無償使用於相關之宣傳活動上。

十五、報名即表示同意「活動聲明」之內容，受託代理報名人應予轉知報名人。

十六、本規程如有未盡事宜得隨時修正公佈之。



## 109 年運動 I 臺灣計畫水域運動樂活計畫-划船、獨木舟體驗營報名表

請打勾報名日期：9/6 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐9/7 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐9/8 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |       |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|
| 姓名                                                                                                                                                                                                                                                                              | 身分證字號 | 出生年月日 | 聯絡電話 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |       |      |
| 地址                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |       |      |
| 緊急聯絡人                                                                                                                                                                                                                                                                           |       | 聯絡電話  |      |
| <p style="text-align: center;">切結書</p> <p>本人(以下簡稱甲方)_____參加桃園市體育會划船委員會(以下簡稱乙方)舉辦之划船、獨木舟體驗營，甲方確定自己身體健康況良好，並無患有氣喘、心臟血管疾病、癲癇症或重大疾病等不適激烈運動之情形。活動期間若發生純屬因甲方健康問題而導致之意外事件，願自行負責與乙方無涉，並且不要求乙方賠償。恐口說無憑，特立此切結書，以資證明。</p> <p>此致 桃園市體育會划船委員會</p> <p>立切結書人家長簽章：_____切結日期：____年____月____日</p> |       |       |      |

## 109 年運動 I 臺灣計畫水域運動樂活計畫-划船、獨木舟體驗營報名表

請打勾報名日期：9/6 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐9/7 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐9/8 ☐ 參加梯次：第 1 梯 ☐、第 2 梯 ☐、第 3 梯 ☐、第 4 梯 ☐

|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |       |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|
| 姓名                                                                                                                                                                                                                                                                              | 身分證字號 | 出生年月日 | 聯絡電話 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                 |       |       |      |
| 地址                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |       |      |
| 緊急聯絡人                                                                                                                                                                                                                                                                           |       | 聯絡電話  |      |
| <p style="text-align: center;">切結書</p> <p>本人(以下簡稱甲方)_____參加桃園市體育會划船委員會(以下簡稱乙方)舉辦之划船、獨木舟體驗營，甲方確定自己身體健康況良好，並無患有氣喘、心臟血管疾病、癲癇症或重大疾病等不適激烈運動之情形。活動期間若發生純屬因甲方健康問題而導致之意外事件，願自行負責與乙方無涉，並且不要求乙方賠償。恐口說無憑，特立此切結書，以資證明。</p> <p>此致 桃園市體育會划船委員會</p> <p>立切結書人家長簽章：_____切結日期：____年____月____日</p> |       |       |      |

