

2019年

facebook 桃園國民運動中心|Q



桃園國民運動中心 冬令營

運動健將兒童營

12/31前報名 9折 / 2人同行 85折 / 舊生回娘家方案 85折

桃園市桃園區中山東路233號 03-3395877 tyccsc@cyc.tw https://tyccsc.cyc.org.tw

參加對象 國小1~6年級

運動健將
兒童營
 培養小朋友運動習慣，增加良好人際關係。
費用包含戶外教學、相關器材費用、保險、
午餐費用。

M01-1 1/21-1/25 M01-2 1/28-2/1

上限人數

30/梯

時間

08:30

17:00

價格/梯

5,000

活動辦法

注意事項

退費辦法

 *報名後因故無法參加，請持繳費證明跟發票正本辦理。
*報名後至開課前八日辦理退費(不含當日)，退還實際所繳
學費之90%。
*開課後的退費規則，依中心退費標準為主。

注意事項

①凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、糖尿病、癲癇症或其他慢性疾病不適合參加團體活動者，請勿報名，如為規定應自行負責。②參加學生請衡量個人體能狀況，如果不適合者，請勿報名。③學生上課期間，請穿著運動服裝、運動鞋，並攜帶毛巾及水壺。④學生上課期間，請勿攜帶貴重物品，如有遺失自行負責。⑤如活動遇天災、人力之不可抗拒因素或報名人數不足，主辦單位得以停辦，並於活動前通知全額退費、轉梯或補課。⑥本中心保有合併梯次及開辦與否之權利。⑦報名資料請確實填寫，以利保險及相關作業。⑧視人數調整場地。



日歸營 JF01 課表

1-6年級課表 (1/21-1/25)

1-6年級課表 (1/28-2/1)

星期	一	二	三	四	五	一	二	三	四	五
0830-0900	報到集合					報到集合				
0905-1000	認識彼此	飛盤	足球	足球	戶外教學	認識彼此	飛盤	足球	足球	戶外教學
1030-1200	團康遊戲	跆拳道	魔術	跆拳道		團康遊戲	定向越野	魔術	繪畫	
1200-1330	用餐、午休時間					用餐、午休時間				
1330-1530	語文寫作	電影欣賞	羽球	羽球		語文寫作	電影欣賞	羽球	羽球	
1600-1700	兒童街舞	籃球	救生觀念	籃球	快樂歸賦	救生觀念	跆拳道	兒童瑜珈	跆拳道	快樂歸賦
1700~										

桌球

參加對象

國小1~6年級

上課地點

2F 桌球場

歡樂訓練班 | 師資群：本中心師資

- 1.基礎規則講解、基本動作培養。
- 2.歡樂班是給從未接觸桌球運動的孩童，讓他們快樂的學習，學中做，做中學。
- 3.桌次數會依人數安排。

M02-1 M02-2 1/21-1/25 M02-3 M02-4 1/28-2/01

高手訓練班 | 師資群：本中心師資

- 1.比賽規則講解、正反拍練習、基本腳步練習、對打練習。
- 2.本班主要是給有學過桌球的小朋友，桌球運動時對速度、爆發力等方面都有一定的要求，並且這些肢體運動的方向，形式、力量又各有不同，精在控制，有的全力突擊，勝在力量。
- 3.桌次數會依人數安排。

M02-5 1/21-1/25 M02-6 1/28-2/1 6人開課 12人滿

籃球

籃球訓練班

16人滿

小小籃球營

20人滿

籃球訓練班 |

- 1.透過豐富、趣味的課程規劃，激發學生對籃球運動的興趣。
- 2.小組配合實戰演練，在比賽中多元的學習。
- 3.讓學生瞭解團體合作的好處。*視人數調整場地。

M06-1 1/21-1/25 M06-2 1/28-2/1

師生比

1比10

時間

13:00

14:00

價格/梯

1,600

參加對象

國小4~6年級

上課地點

4F 籃球場

小小籃球營 |

- 1.透過豐富、趣味的課程規劃，激發學生對籃球運動的興趣。
- 2.小組配合實戰演練，在比賽中多元的學習。
- 3.讓學生瞭解團體合作的好處。*視人數調整場地。

M06-3 1/21-1/25 M06-4 1/28-2/1

師生比

1比10

時間

14:00

15:00

價格/梯

1,400

參加對象

國小1~3年級

上課地點

4F 籃球場

運動中心師資介紹

MicKey幼兒體育教育俱樂部，成立於2010年，現已與臺灣及上海地區各級教育機構合作。主要業務包含：跆拳道、直排輪、籃球、足球、幼兒體育教師培訓、幼兒跆拳道/輪滑活動及賽事籌辦。



MicKey 總教練

體育教育訓練博士 / 從事體育教學 8 年



婷婷老師

從事體育教學 8 年



小羊老師

從事體育教學 4 年



泡泡老師

從事體育教學 4 年

羽球

參加對象 國小1~6年級 上課地點 3F 羽球場



快樂羽球營

1.可以練就好眼力 打羽毛球的時候我們不但要注意對手的移動位置還需要觀察在空中擊打過來的羽毛球，可謂是練就眼明手快的好時機！
2.因為要跟上羽毛球的速度，也會有跳躍、下蹲、轉身、揮臂等等動作，無論是上肢還是下肢都可以得到很好的鍛煉。

M04-1 1/21-1/25 M04-2 1/28-2/1 6人開課 16人滿

致勝羽球營

此班為小班制，專門給有基礎的小朋友練習，小班學習的更有效率。
*此班採小班制教學，建議給有基礎的小朋友參加。

M04-3 1/21-1/25 M04-4 1/28-2/1 4人開課 8人滿

師生比 2比16
時間 09:00-10:00
價格/梯 1,400

師生比 2比8
時間 11:00-12:00
價格/梯 1,800



林承璋教練



能提供最優質的訓練師資品質，更擁有專業的管理階層讓師資能有效的服務民眾維持三向(團隊>學員>教練)溝通，達到最高效率的教學質量。
團隊目標：希望帶領一場羽球旅程給所有熱愛羽球運動的你(妳)。

足球

兒童足球營 16人滿

幼兒訓練營 20人滿

兒童足球營

訓練孩子們團隊合作、獨立思考、主動質疑、勇敢面對挑戰。也可以促進小孩的骨骼發展。

M08-1 1/21-1/25 M08-2 1/28-2/1

參加對象 國小4~6年級 上課地點 4F 籃球場

師生比 1比10
時間 10:00-11:00
價格/梯 1,600

幼兒訓練營

訓練孩子們團隊合作、獨立思考、主動質疑、勇敢面對挑戰。也可以促進小孩的骨骼發展。

M08-3 1/21-1/25 M08-4 1/28-2/1

參加對象 國小1~3年級 上課地點 4F 羽球場

師生比 1比10
時間 11:00-12:00
價格/梯 1,400



新北銀河足球俱樂部

新北市中和國民運動中心、新北市永和國民運動中心、台北市文山運動中心、台北市中正運動中心、台北市信義運動中心等約聘教練群。



Davy 總教練

蛇板

蛇板營 12人滿

蛇板營

1.可以調整站姿、增強平衡感、培養協調能力。

M07-1 1/21-1/25 M07-2 1/28-2/1

參加對象 國小1~6年級 上課地點 5F 空中步道

師生比 1比12
時間 13:00-14:00
價格/梯 1,600

手做

兒童手做班 6人滿

兒童手做班

可以讓小朋友增加信心、也可以提高觀察力及想像力。

M09-1 1/21-1/25 M09-2 1/28-2/1

參加對象 國小1~6年級 上課地點 4F 小教室

師生比 1比12
時間 13:00-14:00
價格/梯 1,800

電玩

運動電玩體驗營

跳脫以往玩電玩的孩子是壞孩子的觀念！
電玩已經納入正式亞運項目。
可以訓練小孩子手眼協調、反應能力、團隊合作。

M10-1 1/21-1/25 M10-2 1/28-2/1

參加對象 國小1~6年級 上課地點 4F 小教室

電玩體驗營 8人滿

師生比 1比8
時間 10:00-11:00
價格/梯 1,800

兒童跆拳道體適能

1.跆拳道是全身運動，而腳是最主力，可以訓練你的手腳協調，更可以增加體力和靈活度，而且反應也會變的比較快喔。2.可以訓練協調性、肌肉韌度、爆發力，此外練習跆拳道的人比較外向，也比較不會扭扭捏捏，比較大方。3.抗壓性比較高。4.可以學會保護自己.即使是受傷也能很快復原.提高學習能力、免疫力、不易生病，也能藉此學習武德。

M05-1 1/21-1/25 M05-2 1/28-2/1

參加對象 國小1~6年級 上課地點 3F 教室

時間 10:00-11:30
價格/梯 1,600

跆拳道

6人開課 20人滿

劉鈞哲 教練

經歷 | 平鎮高中跆拳道校隊、中原大學跆拳道校隊隊長
松禾跆拳道道館教練、中華民國跆拳道協會C級教練。