

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

❶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。❷參加學生請衡量個人體能狀況，如果不適合者，請勿報名。❸學生上課期間，請穿著運動服裝、運動鞋，並攜帶毛巾及水壺。❹學生上課期間，請勿攜帶貴重物品，如有遺失自行負責。❺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。❻本中心保有合併梯次及開辦與否之權利。❼報名資料請確實填寫，以利保險及相關作業。❽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

0830-0900

0905-1000

1030-1200

1200-1330

1330-1530

1600-1700

1700~

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

六

日

一

二

三

四

五

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

跆拳道

6人開課 20人滿

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

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。