



2020兒童
夏令營

臺北市

文山運動中心

營隊業務，請電洽業務部各承辦人

♥ 歡樂小子健康活力體驗營

👤 陳副理(分機238) ✉ bob980g@gmail.com

♥ K05~K27單項營隊 👤 陳副理(分機238)

♥ 游泳訓練 👤 黃副理(分機281) ✉ s980594@cyc.tw

♥ 歡迎安親班、補習班、學校、
學生社團包班 安親班 👤 王副理(分機241)

乘風破浪文山顛峰

2020 SUMMER CAMP



(02) 2230-8268



(02) 2230-8676



臺北市文山區興隆路三段222號

歡樂小子 活力體驗營

週一~週五 全天課程

參加對象
國小學童

活動內容包含桌球、攀岩、兒童舞蹈、兒童體能、空氣槍、探索教育、戶外教學...等多樣化的課程，課程皆邀請中心最優質專業教練指導，報名費用包含所有課程、午餐、點心、保險等，活動內容豐富千萬不可錯過。

🕒 時間 08:00-17:00 / 👤 師資 運動中心專業師資群

擇一日

單日營
1,300元

K01-B 7/1-7/31
K02-B 8/03-8/28

三日營
4,500元

K01 7/01-7/03

五日營
6,500元

K01-1 7/06-7/10
K01-2 7/13-7/17
K01-3 7/20-7/24
K01-4 7/27-7/31

K02 8/03-8/07
K02-1 8/10-8/14
K02-2 8/17-8/21
K02-3 8/24-8/28

20日營
26,000元

7月整期
K01-A 7/06-7/31

8月整期
K02-A 8/03-8/28

40日營
52,000元

7、8月整期
K03 7/06-8/28

30日營
39,000元

六周
K03-1 7/13-8/28

早鳥
優惠

5/30-6/10報名享9折

※報名單周及單日沒有優惠

獨享
優惠

優惠不得合併使用

★ 活動結束後致贈 結業證書、精美贈品乙份

課程表

時間\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
08:00 09:00	報到&自習時間				
09:00 10:20	相見歡	體能挑戰	撞球體驗	體育課 (球類) 10-12點	撞球體驗
10:40 12:00					體育課 (舞蹈)
12:00 13:00	午 休				
13:00 14:30	體能挑戰 快樂小熊	奇幻魔術	體育課 攀岩課	奇幻魔術	體育課 (球類) 14-15
15:00 16:00					水中蛟龍
16:30 17:00	點心時間／歡樂回家				



課表更新會在

官網及FB發佈





優惠辦法

- 1 報名 兩人同行、1人同時報名兩項營隊享 **88折** 優惠
- 2 於6/30日前報名營隊活動享 **95折** 優惠
- 3 於網路報名享 **95折** 優惠
- 4 歡樂小子健康活力體驗營自6/20後方可報名單日營隊
- 5 報名營隊活動 贈送神秘小禮品乙份

★凡文山區居民持低收入戶證明報名 羽球 K07 (不含精緻營)、桌球 K05 (不含精緻營) 每梯次提供一位名額免費報名參加

※一人限報名一項營隊一梯次

※以上優惠期限自即日起至活動開始日止
(活動開課後即不再優惠)

※活動結束後將頒發結業證書



報名流程



ATM轉帳：013 國泰世華銀行，帳號：103035000651

報名時間：即日起開始報名，每日上午08:00至晚上21:00 (例假日照常受理)

報名及上課地點：臺北市文山區興隆路三段222號 (一樓服務台運動研習報名處)

營隊活動退費規定及注意事項

※報名前詳閱注意事項及各項規定

① 報名後因受傷因素不克參加者，請持繳費證明單、發票、證明文件(因傷需出示醫生證明)辦理退費手續，退費手續限活動開始日前辦理完畢，逾期恕不受理。② 營隊活動如遇不可抗力因素或報名人數不足，本中心得以停辦，並通知學友全額退費或轉梯次，本中心保留併梯及開辦與否之權力。③ 營隊為團體上課，因私人因素未能到課不予補課。④ 活動期間請著運動服裝、球鞋，並攜帶毛巾及水壺。⑤ 每張繳費證明單限轉梯一次，額滿梯次恕不受理，費用如有差額多退少補，活動開始後，恕不受理退費或轉梯。⑥ 材料皆由老師代購，如需繳交材料費，請於上課時直接繳予老師，並領取收據。⑦ 活動開始前因個人因素無法參加退費者須按比例退費，退費辦法如下：a.報名後至實際開課日前第8日提出退費申請者退還已繳費用90%。b.開課前第7日至第一日(第一堂課前)申請者退還所繳費用80%。c.活動開始後恕不退費。



動靜皆宜~

小小全能運動員

課程內容包括：籃球課、躲避球、羽球課、藤球、花藝、兒童體適能課等等 (課程會有變化)，讓孩子在一天當中體驗專業的運動員訓練方式。

K25-1

07/01-07/03

09:30
17:00

3天
4,000

專業
師資群



鈴極限扯鈴營

初階
&
進階

扯鈴是我國民俗技藝，也是相傳已久的童玩之一，藉由扯鈴教學的過程，讓小朋友了解我國的民俗技藝文化。扯鈴是一項易學難精的民俗技藝，個人都要經過長時間的練習，才能有精湛的技藝！※學生可自備扯鈴，或向老師借用。
※上課時教師將依個人程度教學。

K16-1	07/06-07/10
K16-2	07/13-07/17
K16-3	07/20-07/24
K16-4	07/27-07/31
K16-5	08/03-08/07
K16-6	08/10-08/14
K16-7	08/17-08/21
K16-8	08/24-08/28

10:00
12:00

10h
2,500

黃永珠
師資群

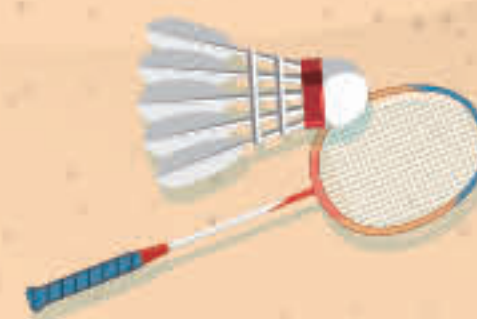
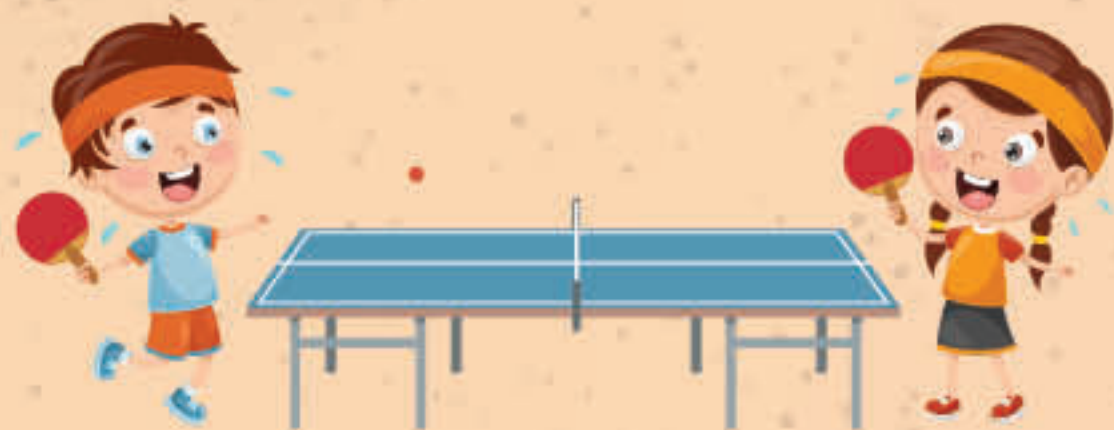


黃永珠

高雄市扯鈴協會教練證/裁判證
教育部扯鈴教練與裁判增能研習
台北市體育總會教練證
台北市清江國小/義方國小課後
扯鈴社團指導老師
台北市成淵中學/新北市恆毅中學
扯鈴社團指導老師
僑委會華語文研習中心菲律賓團
扯鈴指導老師

教學內容

運鈴、金蟬脫殼、金雞飛渡、拋鈴、擲球上樹、調鈴、天女散花、蜻蜓點水、拋鈴點地、背書包、狗急跳牆、金雞上架、蜘蛛結網、關渡大橋、左右望月、左右側甩、平沙落雁、噴射蜻蜓、平沙萬金雞、繞手繞腳、帶鈴轉身、大鵬展翅、仰望星斗、烽火螞蟥、單離手、大龍迴、一柱擎天、八仙過海、二仙傳道、紡紗、漁翁釣魚、扭轉乾坤、蜘蛛燈籠、倒掛金鉤、繞腳迴旋...等



王教練的 桌球精緻營

精緻營

桌球營隊期望藉由豐富的桌球課程規劃，讓小朋友在營隊中能愛上桌球運動，進而養成終身運動的好習慣，成為一位健康、快樂、充滿活力的小朋友！課程中除了注重孩子學習的多樣性外，更培養孩子對桌球基本技術的學習，增強孩子協調反應及控制節奏反應！。*學生需自備球具



球隊式訓練 羽球訓練精緻營

精緻營

訓練中可以學習到前場、後場快速移動擊球，中後場的大力扣殺球，被動時的撲救球。由於扣殺需要力量，在本課程中也會特別訓練手腕的力量。因此，在本次訓練可以發展靈活性、協調性，提高上下肢及軀幹的活動能力。*菁英小班制(球隊式訓練)



K06-1	07/06-07/10
K06-2	07/13-07/17
K06-3	07/20-07/24
K06-4	07/27-07/31

K06-5	08/03-08/07
K06-6	08/10-08/14
K06-7	08/17-08/21
K06-8	08/24-08/28



K06-9	07/06-07/10
K06-10	07/13-07/17
K06-11	07/20-07/24
K06-12	07/27-07/31

K06-13	08/03-08/07
K06-14	08/10-08/14
K06-15	08/17-08/21
K06-16	08/24-08/28



K06-17	07/06-07/10
K06-18	07/13-07/17
K06-19	07/20-07/24
K06-20	07/27-07/31

K06-21	08/03-08/07
K06-22	08/10-08/14
K06-23	08/17-08/21
K06-24	08/24-08/28



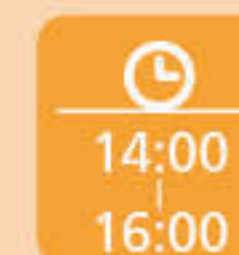
K09-1A	07/06-07/09
K10-1A	07/13-07/16
K11-1A	07/20-07/23
K12-1A	07/27-07/30
K14-1A	08/03-08/07

適合
1~4年級



K09-1B	07/06-07/09
K10-1B	07/13-07/16
K11-1B	07/20-07/23
K12-1B	07/27-07/30
K14-1B	08/10-08/14

適合
5~9年級



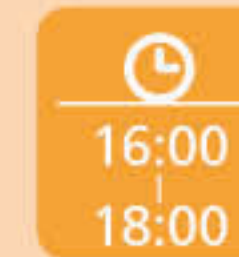
K09-2A	07/06-07/10
K10-2A	07/13-07/17
K11-2A	07/20-07/24
K12-2A	07/27-07/31
K13-1A	07/27-07/31

適合
1~4年級



K14-2A	08/17-08/21
K09-2B	07/06-07/10
K10-2B	07/13-07/17
K11-2B	07/20-07/24
K12-2B	07/27-07/31

適合
5~9年級



K13-2B	07/27-07/31
K14-2B	08/24-08/28

第一天	第二天	第三天	第四天	第五天
做操 步法練習 被動擊球 綜合評估訓練 單打戰術訓練	做操 步法練習 反拍訓練 反拍切球 單打戰術訓練	做操 步法練習 攻防練習 四角球訓練 單打戰術訓練	做操 進攻球戰術 防守戰術 團體對抗賽	做操 成果驗收 綜合訓練 團體對抗賽

王念聲

博愛桌訓創始人

福星國小教練

西園國小教練

桌球積分檢定主辦人

萬華、文山運動中心教練



2011-2012 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 策劃執行團隊
羽球專項師資培訓

2012-2017 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 公司行號
羽球專項課程策劃執行團隊

2012-2017 各中心、公司行號、銀行機構 羽球專項賽會執行團隊



野孩子

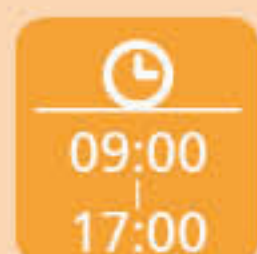
歡樂攀岩營

特別針對1~6年級的小朋友設計，藉由一系列的特別遊戲，讓孩子從遊戲歡笑中突破懼高障礙，激發上進心，培養抗壓能力，更深一層的發現自我。本營隊攀岩活動能夠幫助發育中的孩子獲得：增加身體的協調感、增強體力、集中力、進取心及自信心。♥優惠方案 | 提早半個月前報名折300元。



K15-1	07/01-07/02
K15-2	07/08-07/09
K15-3	07/15-07/16
K15-4	07/22-07/23
K15-5	07/27-07/28
K15-6	07/27-07/28
K15-7	07/30-07/31

K15-8	08/03-08/04
K15-9	08/06-08/07
K15-10	08/10-08/11
K15-11	08/13-08/14
K15-12	08/17-08/18
K15-13	08/20-08/21
K15-14	08/26-08/27



第一天 破除人際藩籬遊戲、低空抱石體驗、繩結這樣玩、基本攀登教學、裝備穿著教學、上攀體驗

第二天 破除恐懼增進信心、限時內完攀、身體平衡練習、確保器操作教學、整合上攀、確保練習(攀岩口令)



SPORT STAR

籃球玩家訓練營



想要學習像NBA球星般的籃球技巧嗎？三分球神射、三步上籃、流暢的運球及過人技巧，我們邀請SPORT STAR專業教練來指導您。SPORT STAR是創造豐富、趣味、充滿魅力體育活動的專家，課程內容將提升學員的運動能力及身體核心能力。營隊每期5天，歡迎對籃球有興趣的同學報名參加。費用包含教師鐘點費、活動費用、場地、保險等。

※報名即贈紀念品乙份！將於營隊結束後發放

K04-1	07/06-07/10
K04-2	07/20-07/24
K04-3	08/10-08/14
K04-4	08/17-08/21
K04-5	08/24-08/28



A	動態暖身+進階靜態伸展
B	運動能力+核心能力訓練
C	球感培養+運球訓練
D	基本技能提升(依照課程分級系統)
E	進階技能提升+修正(依照課程分級系統)
F	團體觀念養成+實戰演練+小組對戰



SPORTSTAR

擁有國家C級、B級籃球教練證教練團

2005-2010 台北市立體育學院推廣教育中心 籃球課程 授課教練

2011 Conti 籃球夏令營 策劃執行團隊

2011-2013 裕隆納智捷籃球隊籃球夏令營 策劃執行團隊

2011-2017 臺北市大安運動中心籃球課程 策劃執行團隊

2011-2017 臺北市文山運動中心籃球課程 策劃執行團隊

2014-2017 金門酒廠籃球隊籃球夏令營 策劃執行團隊



足球小將儲備營

藉由足球運動項目，訓練學員身體協調性，並透過遊戲讓學員感受到團隊精神的重要，課程主要安排訓練學員對足球的基本球感與控球能力，基本體能與柔軟度訓練，及觀察力與判斷力訓練。*本營隊包含所有課程所需教具。

K19-1

07/13-07/17

K19-2

07/27-07/31

K19-3

08/03-08/07



10:00
12:00

10h
3,450

新北銀河
教練群



全能肌力運動員

想增加肌耐力嗎?想要有別人羨慕的完美體態嗎?
別浪費暑假時光吧!趕快報名全能肌力運動員課程唷!

K21-1

07/03-07/31(每週五)*5h

K21-2

08/07-08/28(每週五)*4h

16:00
17:00

5h
2,000

16:00
17:00

4h
1,600

風火直排輪

大由專業教練群專業分級教學，以趣味遊戲學習為教學原則，首重上課安全，希望小朋友能在漸進式的教學進度中體驗直排輪的樂趣，進而養成規律運動習慣。安全考量，還需備有帽子、護膝、護肘、護掌(缺一不可)，上課需穿著長筒棉襪及運動服裝。

※上課器材可向教練租借100元/套/堂(含直排輪鞋、帽子、護膝、護肘、護掌)。

最晚需於開課前10天提供小朋友腳長，若未提供視同自行攜帶裝備，恕不另外通知。

※代購每套2980元

K23-1

07/06-07/10

K23-5

08/03-08/07

K23-2

07/13-07/17

K23-6

08/10-08/14

K23-3

07/20-07/24

K23-7

08/17-08/21

K23-4

07/27-07/31

K23-8

08/24-08/28

09:00
10:00

5h
2,500

直排輪
專業教練群





體驗營

神槍手射擊

射擊運動學習門檻低，講求心理技能支援專項技能發揮，從事射擊運動能夠增強自信心，強化自控能力，學習射擊能幫助小朋友在各項學習皆能有所斬獲。課程內容包含：基本體能訓練、射擊運動基本觀念、射擊運動基本規則、射擊運動基本技術、槍枝、彈藥、靶機組之管理、運動傷害防護

※本營隊包含所有課程所需教具 ※週一停課



K12-1	07/07-07/10	K12-5	08/04-08/07
K12-2	07/14-07/17	K12-6	08/11-08/14
K12-3	07/21-07/24	K12-7	08/18-08/21
K12-4	07/28-07/31	K12-8	08/25-08/28

13:30
15:30

8h
1,680

射擊協會
專業教練

陳煌文教練團

趨勢科技擊劍教練
臺北市萬華、信義運動中心擊劍教練
臺北市大安運動中心擊劍教練
臺北市文山運動中心擊劍教練
新北市板橋運動中心教練

擊劍
教練



西洋劍(擊劍)營

擊劍訓練是最好的對抗性的休閒運動，它對抗激烈，但沒有近身衝撞，勇敢但不野蠻；它重技巧，講戰術，開發智力，提高反應速度，令人頭腦靈活，動作機敏。擊劍可給大腦許多良好的刺激，練習過程不單是骨骼肌肉的收縮，而是空間感知，擊劍訓練對體能要求適中，一般人均能接受和掌握。擊劍訓練可以調劑身體機能，釋放心情壓力，它帶給你的樂趣比跑步機上所得更多，也比重量器械訓練中獲得更健美優雅的體態。擊劍推崇禮儀，公平，平和的貴族精神。講究未曾學藝先學禮。

※本營隊包含所有課程所需教具

K20-1	07/06-07/10	K20-5	08/03-08/07
K20-2	07/13-07/17	K20-6	08/10-08/14
K20-3	07/20-07/24	K20-7	08/17-08/21
K20-4	07/27-07/31	K20-8	08/24-08/28

14:00
16:00

10h
3,000

陳煌文
教練群



第一天	第二天	第三天	第四天	第五天
擊劍介紹	擊劍介紹	熱身運動	熱身運動	總複習
器材簡介	擊劍暖身	小遊戲	小遊戲	攻防、戰術
擊劍暖身	小遊戲	擊劍基本	擊劍基本	分組實戰對打
基本動作講解	基本動作講解	手/腳部動作教學	攻防訓練	比賽
基本手、部、個人動作教學解析	基本手、部、個人動作教學解析	擊劍基本	戰術運用教學	〈團體追分賽〉
分組遊戲/比賽	分組遊戲/比賽	攻防訓練	分組實戰對打	課程總結及分享
		分組遊戲/比賽	分組遊戲/比賽	



神采飛揚

羽球專精班

羽球是一項重視體力與協調性的運動，透過教練的專業指導，讓小朋友在密集訓練裡除了學習到控制與球的節奏之外，更能夠提升自信心以及認識自己的身體並且運用。在課程中會有基本動作的學習，除了有趣的比賽及遊戲之外，更增加了團體對抗賽練習，競賽中讓學員覺察技巧欠缺的部分加以補強，期望在競爭中給予學員不同於一般練習的刺激，激盪出不同的火花！***每週1.3.5**

K31-1

07/06-07/10

K31-4

08/17-08/21

K31-2

07/13-07/17

K31-5

08/24-08/28

K31-3

08/10-08/14

12:00
14:00

10h
1,800

羽球團體
師資群



※學生需自備球具

羽球團體師資群

2011-2012 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 策劃執行團隊羽球專項師資培訓
2012-2017 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 公司行號羽球專項課程策劃執行團隊
2012-2017 各中心、公司行號、銀行機構 羽球專項賽會執行團隊



BEST

桌球團體班

在課程中會有基本動作的加強，期望給予學員激盪出不同的火花，除了宣洩課業壓力之外，更能夠提升自信心及調節精神的作用！為的就是讓小朋友對於桌球運動更能夠上手及增加興趣，期望大家都能夠養成固定運動習慣！***菁英小班制**

K05-1

07/06-07/10

K05-5

08/03-08/07

K05-2

07/13-07/17

K05-6

08/10-08/14

K05-3

07/20-07/24

K05-7

08/17-08/21

K05-4

07/27-07/31

K05-8

08/24-08/28

10:00
12:00

10h
2,500

BEST
桌球師資群



BEST 桌球師資群

2012-2017 文山、信義運動中心合作 策劃執行桌球團隊、研發桌球專項師資培訓
2012-2017 台北市各大學部桌球冬、夏令營專項營隊及研習課程
2012-2017 公司行號桌球運動專項課程策劃執行團隊
2012-2017 公司單位、銀行機構 桌球專項賽會執行團隊



魔幻步法街舞班

K17-1	07/06-07/10	K17-5	08/03-08/07
K17-2	07/13-07/17	K17-6	08/10-08/14
K17-3	07/20-07/24	K17-7	08/17-08/21
K17-4	07/27-07/31	K17-8	08/24-08/28



咕咕

已有9年兒童街舞教學專業經歷，在各大舞蹈教室及運動中心皆有授課，孩子快樂成長是咕咕老師最大的目標



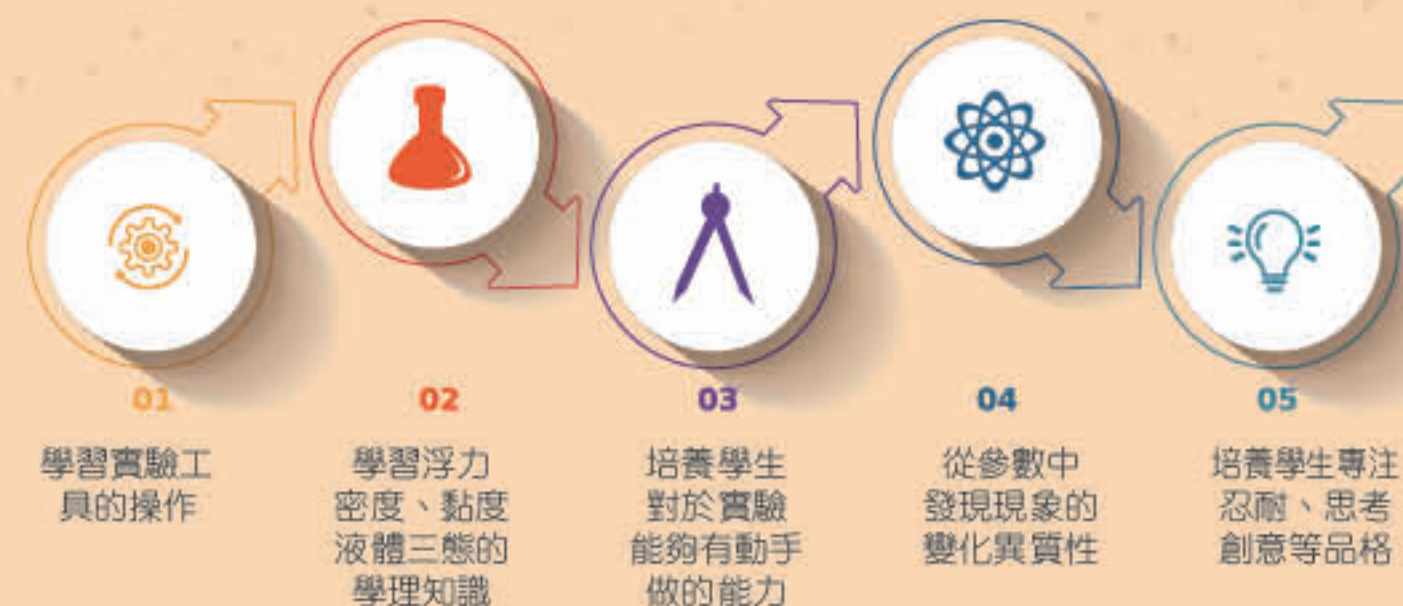
10:00
12:00

10h
3,500

專業
師資



諾亞教育 水之魔術師



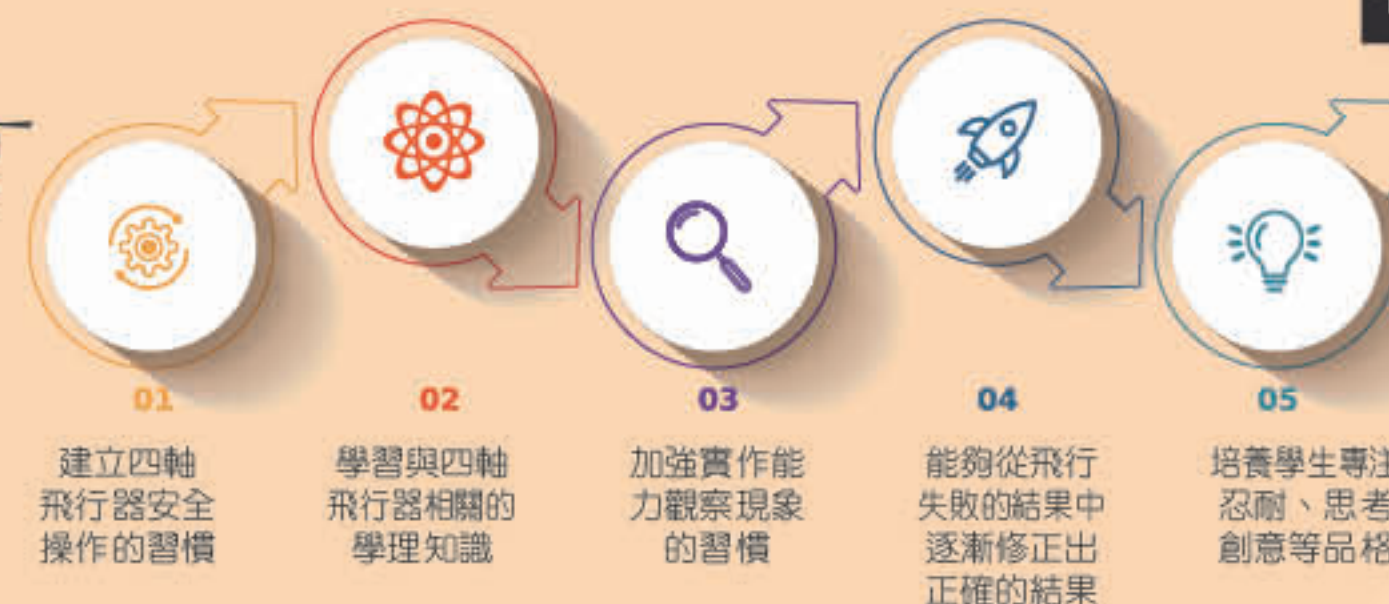
K28-1	07/16-07/17
K28-2	07/20-07/21

09:00
16:00

2天
2,800

專業
師資群

諾亞教育 魔幻飛型營



K28-3	08/03-08/07
K28-4	08/10-08/14
K28-5	08/17-08/21
K28-6	08/24-08/28

09:00
16:00

5天
6,800

專業
師資群





綜合運動員

籃球、躲避球綜合球類課程，報名一項營隊感受兩種運動，趕快來報名吧~

*每週2.4



K33-1 07/06-07/10

K33-4 08/17-08/21

K33-2 07/13-07/17

K33-5 08/24-08/28

K33-3 08/10-08/14

12:00
14:00

4天
1,500

專業
師資群



挑戰極限

小小戰鬥勇士營

K31-1 07/11-07/12

K31-3 08/01-08/02

K31-2 07/25-07/26

K31-4 08/15-08/16

08:50
17:00

2天1夜
4,500



活動行程表

第一天

時間	名稱
08:50-09:00	相見歡•集合
09:00-10:00	國道風光、欣赴 復興青年活動中心
10:00-10:30	破冰活動
10:30-12:00	探索課程<<團隊建立>>
12:00-13:00	美食饗宴(中式餐盒)
13:00-17:00	角板山公園定向活動
17:00-18:00	Check in、Take a break
18:00-19:00	美食饗宴 (中式合菜)
19:00-21:00	歡樂晚會
21:00-	晚安

第二天

時間	名稱
07:30-08:00	晨喚
08:00-09:00	活力早餐
09:00-11:00	戶外探索課程<團隊合作>
11:00-12:00	美食饗宴 (雙主餐中式餐盒)
12:00-15:30	我是小勇士 《走繩體驗、弓箭對抗戰》
15:30-16:00	分享與回饋
16:00-17:00	國道風光
17:00-	快樂賦歸

自己的下午茶自己做



K34-1 07/16-07/17

K34-2 07/23-07/24

14:00
16:00

4天
2,500

專業
師資群

藍海鯨游泳學校

團體班舊生

95折

1人同時報2班

92折

1人同時報3班

88折

※新生無折扣

適合
7~15歲

國小以上兒童 優質級泳訓班 (每班6~10人)

代號	課程日期	課程名稱	星期	上課時間	時數	堂數	費用
Z01	7/15-7/24	兒童泳訓班	一至五	1000-1100	8	8	2000
Z02				1100-1200			
Z03				1400-1500			
Z04				1500-1600			
Z05				1900-2000			
Z06				2000-2100			
Z07	7/27-8/7	兒童泳訓班	一至五	1000-1100	10	10	2500
Z08				1100-1200			
Z09				1400-1500			
Z10				1500-1600			
Z11				1900-2000			
Z12				2000-2100			
Z13	8/10-8/21	兒童泳訓班	一至五	1000-1100	10	10	2500
Z14				1100-1200			
Z15				1400-1500			
Z16				1500-1600			
Z17				1900-2000			
Z18				2000-2100			
Z19	7/20-8/24	兒童泳訓班 (每周一堂)	一	1600-1700	6	6	1500
Z20	7/21-8/25		二	1600-1700			
Z21	7/15-8/19		三	1600-1700			
Z22	7/16-8/20		四	1600-1700			
Z23	7/17-8/21		五	1600-1700			
Z24	7/4-8/22	兒童假日泳訓班	六	1000-1100	8	8	2000
Z25				1500-1600			
Z26				1600-1700			
Z27				1800-1900			
Z28	7/5-8/23	兒童假日泳訓班	日	1000-1100	8	8	2000
Z29				1500-1600			
Z30				1600-1700			
Z31				1800-1900			

成人白金泳訓班 (每班6~10人)

代號	課程日期	課程名稱	星期	上課時間	時數	堂數	費用
X01	6/29-7/20	成人泳訓班	一三五	0630-0730	10	10	3500
X02				1200-1300			
X03	7/1-7/24	成人泳訓班	三五	2000-2100	8	8	2800
X04				2100-2200			
X05	8/3-8/24	成人泳訓班	一三五	0630-0730	10	10	3500
X06				1200-1300			
X07	8/5-8/28	成人泳訓班	三五	2000-2100	8	8	2800
X08				2100-2200			
X09	6/30-8/18	成人泳訓班	二	0630-0730	8	8	2800
X10				2100-2200			
X11	7/2-8/20	適合已會游任一式 15公尺以上且會換氣者	四	0630-0730	8	8	2800
X12				1200-1300			
X13				2100-2200			
X14	7/4-8/22	成人假日泳訓班	六	1000-1100	8	8	2800
X15	7/5-8/23		日	1000-1100			
X16	7/4-8/22		六	1900-2000			

♥限
65歲以上

銀髮族 尊榮泳訓班 (每班6~8人) ♥限65歲以上參加

代號	課程日期	課程名稱	星期	上課時間	時數	堂數	費用
S01	6/30-8/18	銀髮族 基礎公益教學班 (本班恕不折扣)	二	0720-0820	8	8	960
S02	7/2-8/20		四	0720-0820			



注意事項

1. 泳訓班課程隨個人身體狀況、通水性等因素，學習進度快慢會有差異。
2. 3歲至7歲之小朋友請參考幼兒班。
3. 參加第一次上課後，如程度不符該班程度者，請接受本中心教練建議轉班上課。
4. 每日授課時間包含：點名、暖身、課程教學、授後點名等。



適合
3~6歲

學齡前幼兒優質級泳訓班 (每班3~4人)

代號	課程日期	課程名稱	星期	上課時間	時數	堂數	費用
Y01	7/15-7/29	幼兒泳訓班	一三五	1000-1100	7	7	3150
Y02				1100-1200			
Y03				1600-1700			
Y04				1000-1100			
Y05	8/3-8/24	幼兒泳訓班	一三五	1100-1200	10	10	3500
Y06				1600-1700			
Y07	7/16-7/30	幼兒泳訓班	二四	1000-1100	5	5	2250
Y08				1100-1200			
Y09				1600-1700			
Y10				1000-1100			
Y11	8/4-8/25	幼兒泳訓班	二四	1100-1200	7	7	3150
Y12				1600-1700			
Y13				1100-1200			
Y14	7/20-8/24	幼兒泳訓班 (每周一堂)	一	1600-1700	6	6	2700
Y15				1700-1800			
Y16				1900-2000			
Y17				2000-2100			
Y18				1500-1600			
Y19	7/21-8/25	幼兒泳訓班 (每周一堂)	二	1600-1700	6	6	2700
Y20				1700-1800			
Y21				1500-1600			
Y22	7/15-8/19	幼兒泳訓班 (每周一堂)	三	1600-1700	6	6	2700
Y23				1700-1800			
Y24				1900-2000			
Y25				2000-2100			
Y26				1500-1600			
Y27	7/16-8/20	幼兒泳訓班 (每周一堂)	四	1600-1700	6	6	2700
Y28				1700-1800			
Y29				1100-1200			
Y30	7/17-8/21	幼兒泳訓班 (每周一堂)	五	1600-1700	6	6	2700
Y31				1700-1800			
Y32				1900-2000			
Y33				2000-2100			
Y34	8/3-8/24	幼兒泳訓班 (每周一堂)	一	1100-1200	4	4	1800
Y35	8/5-8/26		三	1100-1200			
Y36	8/7-8/28		五	1100-1200			

代號	課程日期	課程名稱	星期	上課時間	時數	堂數	費用
Y37	7/4-8/22	幼兒假日泳訓班	六	1100-1200	8	8	3600
Y38				1400-1500			
Y39				1700-1800			
Y40	7/5-8/23	幼兒假日泳訓班	日	1100-1200	8	8	3600
Y41				1400-1500			
Y42				1700-1800			

團體班舊生92折

個別菁英泳訓班 (一對一、一對二、一對三、一對四、一對五)

代號	課程名稱	上課時間	時數	費用
U1	一對一游泳教學	上課時間與教練協商 請先自行決定第一次上課時間 以利本中心教練安排	10	10,000
U2	一對二教學or親子教學			12,000
U3	一對三教學or親子教學			14,000
U4	一對四教學or親子教學			16,000
U5	一對五教學or親子教學			18,000

1. 泳訓班費用包含教練費、門票、保險費及教材等，請自備泳裝、泳鏡、泳帽。
2. 參加學員報名前應妥善安排公私事宜，全程參與課程，以達最佳學習效果，未到者不予補課。
所缺之堂課可免游泳體驗卷，使用期限為課堂結速後三個月內(限本人使用)(請於3樓櫃檯辦理)
3. 幼兒泳訓班：陪同家長1人免費，進場協助幼兒更衣，第二位家長5折優惠，第三位家長起依規定購票。
4. 兒童泳訓班：陪同家長1人購票5折優惠，第二位家長起依規定購票。
※陪同家長票，無提供幼兒、銀髮族票種之5折。
5. 為維護水質清潔，進入泳池不論游泳與否一律換穿泳衣。
6. 為維護環境清潔，泳池內只能飲用白開水，請自備環保杯。
7. 個人物品請置於置物櫃中並上鎖，避免遺失。

