**2017年東區獨木舟體驗營**

一、活動宗旨：推廣獨木舟運動給學生及社會人士，並利用東華大學的環境藉由東湖的美，讓大眾有機會參與獨木舟運動，增加水域休閒遊憩參與機會，進而提昇水域休閒遊憩活動品質，推廣海洋運動。

二、主辦單位：國立東華大學體育中心

三、參加對象：學生及社會人士

四、參加人數：每梯次限額15名

五、活動內容：獨木舟體驗營

六、活動日期時間：2017年

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 活動場次 | 活動日期 | 活動地點 | 報名截止日期 | 備註 |
| 第1梯次 | 6/24(六)15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第2梯次 | 6/25(日) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第3梯次 | 6/26(一) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第4梯次 | 6/27(二) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第5梯次 | 6/28(三) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第6梯次 | 6/29(四) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第7梯次 | 6/30(五) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |
| 第8梯次 | 7/01(六) 15:30~18:30 | 國立東華大學東湖 | **額滿為止** | 開放報名中 |

七、報名日期：報名截止日為每梯次活動前一天或 **額滿為止**。

八、報名方式：採 網路報名，每梯次報名費$ **160**元(現場繳費)

網路報名 - 請填妥【活動報名表】，email至 **ndhuwater@yahoo.com.tw報名，按報名順序錄取，額滿為止，錄取者會email回覆通知。**

九、**獨木舟體驗營課程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 時間 | **活動名稱** | **活動地點** |
| 30分 | 報到(東華湖畔)  分配器材及分組  環境介紹 | **活動地點 ：東華大學東湖** |
| 30分 | 水上安全教育  獨木舟器材介紹  划漿作操  陸上動作練習 |
| 60分 | 獨木舟基本技術  上下船、前划、倒划、側划  360度廻轉、靠岸 |
| 90分 | 獨木舟團體活動  併船站立、併船換位 |
| 30分 | 問卷填寫及建議、器材整理 |
| 備註 | 請帶換洗衣物、大毛巾、帽子。 | |

十、**活動報到地點**



**★**本頁報名表請email至 ndhuwater@yahoo.com.tw

**2017年東華大學獨木舟體驗營**

**【活動報名表】**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **學員資料** | | | | | | | | |
| 姓名 | |  | 姓 別 | | □ 男  □ 女 | | 單位 | □校外人士  □東華校内 |
| 出生年月日 | | 民國 年 月 日 | 身份証號 | |  | | | |
| 聯絡電話 | |  | | | | | | |
| 欲報名的【梯次】 | | 第1梯次 6/24 (六) 第5梯次6/28 (三)  第2梯次 6/25 (日) 第6梯次6/29(四)  第3梯次6/26 (一) 第7梯次6/30(五)  第4梯次6/27 (二) 第8梯次7/01(六)  欲報名的\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_梯次  ＊如報名的梯次額滿，欲參加第二優先的\_\_\_\_\_\_\_\_梯次、  第三優先的\_\_\_\_\_\_\_\_梯次 | | | | | | |
| 電子信箱 | |  | | | | | | |
| **緊急連絡人資料** | | | | | | | | |
| 中文姓名 |  | | | 與學員之關係 | |  | | |
| 聯絡電話 | (住家) (行動電話) | | | | | | | |
| **學員身體健康資訊** | | | | | | | | |
| 健康資訊 | □心臟疾病 □癲癇 □氣喘 □過敏體質 □遺傳疾病 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  □其他疾病 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | | | | | | | |
| ※備註：  1. 若您有上述健康之狀況，請務必事先告知。  2.報名方式：採email報名方式 ＊報名費用$160元  email報名 - 請填妥【活動報名表】，email信箱至**ndhuwater@yahoo.com.tw**  按報名時間順序錄取，額滿為止，錄取者報名當天晚上23:00會email回覆通知 | | | | | | | | |

**注意事項【個人裝備清單】**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **確認** | **項目** | **數量** | **說明** |
| □ | 輕便運動服裝、短褲 | 1 | 活動中易於弄溼 |
| □ | 毛巾、帽子 | 1 | 防曬 |
| □ | 穿著涼鞋或易於脫掉的鞋子 | 1 | **會脫鞋上下獨木舟操作** |
| □ | 健保卡 | 1 | **※ 必備** |