

2023 年東華大學獨木舟體驗營

一、活動宗旨：推廣獨木舟運動給兒童、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：小學、中學、大學生、親子及社會人士都可參加

四、參加人數：每梯次 25 名

五、活動內容：獨木舟體驗營

六、活動日期時間：2023 年

活動日期	活動地點	報名截止日	備註
7/15(六) 下午 15:30~18:30	國立東華大學東湖	額滿為止	開放報名中
7/16(日) 下午 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：即日起開放報名系統，每梯次 25 位 **額滿為止**。

八、報名方式：採 **網路報名**，現場繳費\$100 元

網路報名網址 - <https://forms.gle/mPMB6XJ9YhHTqquT8>

九、獨木舟體驗營課程表

時間	活動名稱	活動地點:國立東華大學東湖
15:30~16:00	活動報到(東華大學東湖湖畔) 器材分配及分組 環境介紹	
16:00~17:00	水上安全教育 獨木舟器材介紹 划槳做操、陸上動作練習 獨木舟基本技術 上下船、前划、倒划、側划	
17:00~18:00	個人划行練習 360 度迴轉、靠岸 自由航行 團體拍照	
18:00~18:30	問卷填寫及建議、器材整理	
備註	請穿著涼鞋方便上下船脫掉，記得帶毛巾、帽子、飲用水、防蚊液。	

*** (有關活動問題或臨時取消參加，都請聯絡：pauline.ning@hotmail.com 謝謝!