

2023 年東華大學風帆體驗營

一、活動宗旨：推廣風帆運動給學生及一般社會人士，並利用東華大學的校園環境，讓大眾有機會參與風浪板運動，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：東華大學體育中心

三、參加對象：需年滿 16 歲以上之學生或社會人士。

四、參加人數：每梯次限額 20 名

五、活動內容：風帆體驗營

六、活動日期時間：2023 年

活動日期	活動地點	報名截止日期	備註
7/01(星期六)9:00~16:30	國立東華大學泳池	額滿為止	開放報名中
7/09(星期日)9:00~16:30	國立東華大學泳池	額滿為止	開放報名中

七、報名日期：即日起開放報名系統至額滿為止

八、報名方式：採 網路報名，報名費\$200 元，(可現場繳費)，泳池門票 40 元另計
中午提供便當

報名網址 – <https://forms.gle/5b9cofhXUr4x3CGj9>

九、風帆體驗營課程表

時間	活動名稱	活動地點：東華大學游泳池	
8:30~9:00	報到(游泳池)及分組		
9:00~10:00	分配器材 水上安全教育 風浪板器材組裝		
10:30~12:30	風浪板基本原理 陸上動作練習、平衡練習 水上動作技術練習		
12:30~13:00	午休用餐		
13:00~14:00	搖帆練習 8 字搖帆練習		
14:00~16:00	順風航行 頂風航行 自由航行		
16:00~16:30	團體拍照、問卷填寫 器材整理搬運		
備註	請著泳衣、泳褲、海灘褲或可下水衣物，帶換洗衣物、大毛巾。		

***聯絡方式：pauline.ning@hotmail.com