

檔號：CG160701
保存年限：5年

國立中山大學 函

地址：高雄市鼓山區蓮海路七十號

聯絡人：姜芊廷

聯絡電話：(07)5252000轉5877

傳真電話：(07)5252319

電子信箱

：cometfly@staff.nsysu.edu.tw

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國102年11月13日

發文字號：中心運健字第1020004538號

類別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如主旨 (1020004538附件B級帆船教練講習會實施計畫103.DOCX、103年C級帆船教練講習會實施計畫.DOCX，共2個電子檔案)

主旨：檢送本校「中華民國B、C級帆船教練講習會」實施計畫各乙份，請函轉有關單位踴躍報名參加，並惠予協助公假相關事宜，請查照。

說明：

- 一、檢附「中華民國103年B級帆船教練講習會」、「中華民國103年C級帆船教練講習會」實施計畫各乙份，敬請協助公告實施辦法，以利加強活動宣導。
- 二、即日起開放報名至103年1月10日，相關活動訊息，可至本校運動健康產業研究中心網頁瀏覽，網址：<http://shc.nsysu.edu.tw/>。
- 三、講習會聯絡電話：(07)5252000轉5877、(07)5250157，運動健康產業研究中心戴瑜均先生或姜芊廷小姐。

正本：公私立大專校院

副本：本校通識教育中心運動與健康教育組、運動健康產業研究中心、學務處體衛組、高雄市體育會帆船委員會

102年11月13日

備：一、公告文件不送心同知

二、交存

用張惠芬 11/19

邱東貴 11/19



教授兼通識體育中心主任 姜芊廷 11/19



中華民國 103 年 B 級帆船教練講習會實施計畫

一. 目的：

為提昇我國大專帆船運動風氣，並培養大專校院及各級學校帆船教練人才，增進水域活動專業知能並落實教練制度，特辦理教練講習課程。

二. 依據：

1. 國立中山大學帆船課程學生能力提升計畫
2. 中華民國帆船協會教練制度實施辦法

三. 指導單位：中華民國大專院校體育運動總會、中華民國帆船協會

四. 主辦單位：國立中山大學

五. 承辦單位：國立中山大學通識教育中心運動健康產業研究中心、高雄市體育會帆船委員會

六. 協辦單位：國立中山大學通識教育中心運動與健康教育組、國立中山大學學生事務處體育與衛生保健組

七. 講習日期：共三天進行授課 24 小時

1. 103 年 1 月 20~22 日 (一、二、三)
2. 報到時間：早上 08：20 至 08：50
3. 報到地點：高雄市鼓山區蓮海路 70 號 (國立中山大學)
綜合大樓 1 樓 (海 C1008 室)

八. 講習地點：

1. 學科部分：國立中山大學綜合大樓 1 樓 (海 C1008 室)
2. 術科部分：國立中山大學海域運動中心

九. 報名資格：年滿二十歲，高中職以上學歷，並持有中華民國帆船協會 C 級教練資格兩年以上者。

十. 報名手續：

1. 請統一至國立中山大學運動健康產業研究中心網站 (<http://shc.nsysu.edu.tw/>) 進行線上報名(報名資料如附件一)。並於報到當日填寫免責與風險承擔同意書(如附件二)、繳交身份證件影本、1 吋半身照片兩張背後註明「姓名」和「報名 C 級」。
2. 報名費(含證照費)：社會人士 4000 元、學校教師優惠 3500 元(請檢附教師證影本)國立中山大學教職員工生及校外學生 3000 元(需檢附學生證影本)，請在報名截止日 (103 年 1 月 10 日) 前以 ATM 或超商繳款方式匯款至本校帳戶，請至本校線上收款系統(<http://140.117.13.70/OLPRS/pay.asp>)，選取「運動健康產業研究中心」→「B、C 級帆船教練講習會」，輸入繳款人資料後即可列印繳款單。

3. 聯絡資訊：

國立中山大學運動健康產業研究中心姜芊廷小姐、戴瑜均先生

電話：07-5252000 轉 5877、專線：07-5250157、E-mail：cometfly@staff.nsysu.edu.tw

十一.報名日期：即日起至103年1月10日(五)前額滿截止。

十二.課程內容及時程：如下表所示

十三.注意事項：

1. 全程參與者並經甄試評定合格者，則由中華民國帆船協會核發B級教練證照。
2. 講習會期間提供中餐、保險，其餘膳宿、交通請自理。
3. 出航實作務必穿著救生衣、運動服，並自備更換衣物及防曬用品。
4. 戴眼鏡者請加掛固定帶以防脫落。
5. 若遇颱風等特殊狀況需延期，承辦單位另行通知。
6. 國立中山大學運動健康產業研究中心網址：<http://shc.nsysu.edu.tw>

B 級帆船教練講習課程表

課程內容：第一天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：20~08：40 08：40~09：00	1. 學員報到、編組 2. 開訓	1	
2	09：00~10：50	選手徵選與訓練計畫之擬定	2	
3	11：00~11：50	競賽組織與架構	1	
用餐休息時間				
4	13：00~13：50	1. 競賽技術、戰術研討與應用	2	
5	14：00~17：00	1. 分組岸上模擬操作評分 2. 水上實務操作	2	

課程內容：第二天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：00~09：50	1. 專項體能訓練與評估	2	
2	10：00~12：00	1. 運動醫學與營養 2. 傷害預防與治療	2	
用餐休息時間				
3	13：00~15：00	1. 競賽規則之講解 2. 案例分析與研討	2	
4	15：00~17：00	1. 水上實務操作	2	

課程內容：第三天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：00~09：50	1. 抗議事件處理程序與要件 2. 案例分析與研討	2	
2	10：00~12：00	1. 水上實務操作	2	
用餐休息時間				
3	13：00~17：00	1. 綜合實務操作 2. 測驗 3. 座談 4. 結業頒發講習證書	4	
附註 講習結業合格人員名冊檢送中華民國帆船協會彙整核發 B 級教練證				

中華民國 103 年度帆船 B 級教練講習會報名表

姓名：	性別：	二吋照片 二張
出生日期：民國 年 月 日	血型：	
身分證字號：	籍貫：	
學歷：	職業：	
專長船型：	經歷： 年	
E-Mail：	服務單位：	
電話：	手機：	
聯絡地址：		
緊急聯絡人姓名：	緊急連絡人電話：	
報名資格	<input type="checkbox"/> 一般社會人士報名 4000 元。	
	<input type="checkbox"/> 學校教師優惠 3500 元。	
	<input type="checkbox"/> 中山大學教職員工生、外校學生優惠 3000 元。	
保險受益人：一律為法定繼承人		

附件二

免責與風險承擔同意書

在考慮申請加入此活動（中華民國 103 年度帆船 B 級教練講習會）之各項課程後，本人已瞭解所有課程內容、訓練項目與學術科考核檢定。本同意書將免除主辦單位之所有人員與本人參與前述課程或活動相關之法律責任。

免責聲明：立同意書人於茲並特別聲明，本人因個人疏忽、天災、意外或其他不可抗力事由等而導致個人人身安全受到傷害、死亡、危害或財務上之損失，後果由立同意書人自行負責。

此致

國立中山大學、高雄市體育會帆船委員會 收執。

(特別說明：本次活動業已投保公共意外險)

本人已經仔細的閱讀這份同意書，並且徹底瞭解其內容。

簽名：_____ 日期：_____

中華民國 103 年 C 級帆船教練講習會實施計畫

一. 目的：
為提昇我國大專帆船運動風氣，並培養大專校院及各級學校帆船教練人才，增進水域活動專業知能並落實教練制度，特辦理教練講習課程。

二. 依據：

1. 中華民國帆船協會教練制度實施辦法
2. 國立中山大學帆船課程學生能力提升計畫
3. 指導單位：中華民國大專院校體育運動總會、中華民國帆船協會
4. 主辦單位：國立中山大學
5. 承辦單位：國立中山大學通識教育中心運動健康產業研究中心、高雄市體育會帆船委員會

六. 協辦單位：國立中山大學通識教育中心運動與健康教育組、國立中山大學學生事務處體育與衛生保健組

七. 講習日期：共三天進行授課 24 小時

1. 103 年 1 月 18~20 日 (六、日、一)
2. 報到時間：早上 08：20 至 08：50
3. 報到地點：高雄市鼓山區蓮海路 70 號 (國立中山大學)
綜合大樓 1 樓 (海 C1008 室)

八. 講習地點：

1. 學科部分：國立中山大學綜合大樓 1 樓 (海 C1008 室)
 2. 術科部分：國立中山大學海域運動中心
- 九. 報名資格：年滿二十歲，高中職以上學歷，對帆船運動有興趣者。
十. 報名手續：

1. 請統一至國立中山大學運動健康產業研究中心網站 (<http://shc.nsysu.edu.tw/>) 進行線上報名(報名資料如附件一)。並於報到當日填寫免責與風險承擔同意書(如附件二)、繳交身份證件影本、1 吋半身照片兩張背後註明姓名和「報名 C 級」。
2. 報名費(含證照費)：社會人士 3000 元、國立中山大學教職員工及外校學生 2500 元(請檢附學生證影本)、學校教師優惠 2000 元(請檢附教師證影本)，請在報名截止日前 (103 年 1 月 10 日) 以 ATM 或超商繳款方式匯款至本校帳戶，請至本校線上收款系統(<http://140.117.13.70/OLPRS/pay.asp>)：選取「運動健康產業研究中心」→「B、C 級帆船教練講習會」，輸入繳款人資料後即可列印繳款單。

3. 聯絡資訊：

國立中山大學運動健康產業研究中心姜芊廷小姐

電話：07-5252000 轉 5877、專線：07-5250157

E-mail：cometfly@staff.nsysu.edu.tw

十一.報名日期：即日起至 103 年 1 月 10 日(五)前額滿截止。

十二.課程內容及時程：如下表所示

十三.注意事項：

1. 全程參與者並經甄試評定合格者，則由中華民國帆船協會核發 C 級教練證照。
2. 講習會期間提供中餐、保險，其餘膳宿、交通請自理。
3. 出航實作務必穿著救生衣、運動服，並自備更換衣物及防曬用品。
4. 戴眼鏡者請加掛固定帶以防脫落。
5. 若遇颱風等特殊狀況需延期，承辦單位另行通知。
6. 國立中山大學運動健康產業研究中心網址：<http://shc.nsysu.edu.tw>

C 級帆船教練講習課程表

課程內容：第一天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：20~08：40 08：40~09：00	1. 學員報到、編組 2. 開訓	1	
2	09：00~09：50	帆船、風浪板的組裝、拆卸、保養和搬運要領	1	
3	10：00~12：00	分組實作評分	2	
用餐休息時間				
4	13：00~13：50	1. 帆船、風浪板航行原理 2. 兩者航行操控的異同	2	
5	14：00~17：00	1. 分組岸上模擬操作評分 2. 水上實務操作	2	

課程內容：第二天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：00~09：50	1. 常用繩結的運用和實作 2. 競賽常用航線的示意圖	2	
2	10：00~12：00	1. 運動醫學與營養 2. 傷害預防與治療 3. 運動茶葉與管制	2	
用餐休息時間				
3	13：00~15：00	1. 國內輕重型帆船發展概況 2. 訓練水域和安全，出航位置的選擇	2	
4	15：00~17：00	1. 基本航行技巧：順風、橫風、迎風行段轉向與平衡 2. 分組實作	2	

課程內容：第三天

節次	時間	課程名稱	使用時數	講座
1	08：00~09：50	1. 競賽策略和戰術運用	2	
2	10：00~12：00	1. 競賽起航程序和旗幟識別 2. 競賽或訓練計畫	2	
用餐休息時間				
3	13：00~17：00	1. 綜合實務操作 2. 測驗 3. 結業頒發講習證書	4	
附註 講習結業合格人員名冊檢送中華民國帆船協會彙整核發 C 級教練證				

附件一

中華民國 103 年度帆船 C 級教練講習會報名表

姓名：	性別：	二吋照片 二張
出生日期：民國 年 月 日	血型：	
身分證字號：	籍貫：	
學歷：	職業：	
專長船型：	經歷： 年	
E-Mail：	服務單位：	
電話：	手機：	
聯絡地址：		
緊急聯絡人姓名：	緊急連絡人電話：	
報名資格	<input type="checkbox"/> 社會人士 3000 元	
	<input type="checkbox"/> 學校教師優惠 2500 元	
	<input type="checkbox"/> 國立中山大學教職員工生及外校學生 優惠 2000 元	
保險受益人：一律為法定繼承人		

附件二

免責與風險承擔同意書

在考慮申請加入此活動（中華民國 103 年度帆船 C 級教練講習會）之各項課程後，本人已瞭解所有課程內容、訓練項目與學術科考核檢定。本同意書將免除主辦單位之所有人員與本人參與前述課程或活動相關之法律責任。

免責聲明：立同意書人於茲並特別聲明，本人因個人疏忽、天災、意外或其他不可抗力事由等而導致個人人身安全受到傷害、死亡、危害或財務上之損失，後果由立同意書人自行負責。

此致

國立中山大學、高雄市體育會帆船委員會 收執。

（特別說明：本次活動業已投保公共意外險）

本人已經仔細的閱讀這份同意書，並且徹底瞭解其內容。

簽名：_____ 日期：_____