

檔 號：C460302
保存年限：59

中華民國大專院校體育總會 函

地址：104台北市中山區朱崙街20號13樓

承辦人：徐立民

電話：27710300#40

電子公文

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國104年5月27日

發文字號：大專體總研字第1040001104號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：(0001104A00_ATTCH5.doc，共1個電子檔案)

主旨：檢送「104年度體適能教學研習會第二梯次—EOXi 初級飛輪教練培訓認證課程」參加辦法如附件，敬請鼓勵 所屬踴躍報名參加，請 查照。

說明：

- 一、依據教育部體育署104年2月17日臺教體署學(三)字第1040005158號函辦理。
- 二、舉辦日期：104年6月7日（星期日）
- 三、舉辦地點：國立成功大學—勝利校區健康休閒中心（臺南市東區大學路1號）

正本：本會各會員學校

副本：本會研究發展組

104/05/28
08:22:52

擬：公文文件系統周知

約用助理員張惠芬

副教授邱東

代為
決行

教授兼副校長陳彥鏞



通識教育中心

104 年度體適能教學研習會第二梯次參加辦法

EOXi®初級飛輪教練培訓認證課程

- 一、依據：教育部體育署 104 年 2 月 17 日臺教體署學（三）字第 1040005158 號函
- 二、宗旨：臺灣自行車運動相當盛行，能有效率的進行自行車運動是愛好者追求的運動表現。EOXi®是飛輪腳踏車與飛輪發明人 Johnny G 協助臺灣新開發的一套飛輪課程系統，運用最新的教育系統、運動科學及訓練方法讓運動指導教練及運動休閒相關專業領域教師能有效的指導與教學。另外，對於自行車運動愛好者或想了解室內自行車運動的民眾亦是入門課程的首選。
- 三、指導單位：教育部體育署
- 四、主辦單位：中華民國大專院校體育總會
- 五、承辦單位：國立成功大學、國立高雄應用科技大學國民運動中心
- 六、協辦單位：EOXi®、中華民國體適能瑜珈協會
- 七、舉辦日期：104 年 6 月 7 日（星期日）
- 八、舉辦地點：國立成功大學－勝利校區健康休閒中心（臺南市東區大學路 1 號）
- 九、日程表：如附件一
- 十、參加對象：
- （一）各級學校專兼任體育教師、運動教練
 - （二）大專院校學生
 - （三）年滿 18 歲社會人士
- 十一、報名須知：EOXi®初級培訓課程為室內單車教練初級國內認證，此認證許可教練指導新進、入門之室內單車學員。
- 十二、報名費用：參加費用含研習手冊、午餐及證照檢定費。
中華民國體適能瑜珈協會會員 3,000 元
非會員 3,500 元
- ※中華民國體適能瑜珈協會會員須出示年費繳交收據影本，欲加入體適能瑜珈協會者請見附件三
- 十三、報名表：如附件二
- 十四、備註：
- （一）因故無法參加者請於活動舉行前十日通知本會研究發展組，否則概不退費。
 - （二）參加人員請依規定向所屬單位申請公（差）假。
 - （三）研習會期間供應午餐，如需住宿請自行處理。
 - （四）全程參與者由大專體育總會頒發研習證書，並可參加 EOXi®初級飛輪教練培訓認證檢定測驗，通過者可獲頒 EOXi®初級飛輪教練培訓認證證照。如欲取得國際證照，則必須完成 EOXi®中級飛輪教練培訓及國際證照考試。
- 十五、注意事項：為維護場地清潔，敬請攜帶毛巾。

十六、講 師：
陳允中

- O2™氧適能負責人
- NIKE 簽約教練
- A.C.S.M.美國運動醫學學會考官
- A.F.A.A.美國有氧體適能協會考官
- 2006 中華民國國民體能指導員授證命題委員
- 美國 MDA SPINNING® 飛輪國際講師
- AFHA 中華民國有氧體能運動協會理事／講師
- 美國 SPINNING®資深講師／講師培訓師
- 美國 KRANKING®國際講師／講師培訓師

賴玠豪 Benson

- EOXi®國際飛輪教學系統講師
- R&B FITNESS 體能教練
- 2016 里約奧運桌球專案國訓中心運科組體能教練
- 義大醫院國際減重暨糖尿病手術中心 體適能師
- 世界、伊士邦、健身工廠 飛輪、團體課程教練

證照：

NIKE NTC+訓練系統證照
O2 PT 體適能訓練系統證照
美國 RTS 抗阻力訓練專家證照
挪威 REDCORD Active 懸吊訓練系統證照
美國 ViPR 訓練系統教練證
美國 BEACHBODY PIYO 教練證照
紐西蘭 Les Mills BODYPUMP 教練證照
美國 YOGAFIT Level 2 瑜珈證照
美國 YOGAFIT 老人、孕婦瑜珈指導員證照
美國 SPINNING 飛輪三星教練證照
中華民國紅十字會救生教練／急救員證
行政院體委會各級學校棒球項目專任教練證
高雄市體育會棒球委員會 C 級教練證

洪琦雯 Rebecca

- EOXi®國際飛輪教學系統講師
- R&B FITNESS 體能教練
- 世界、伊士邦、健身工廠 飛輪、團體課程教練

證照：

美國 AFFA WT 重量訓練證照
美國 RTS 抗阻力訓練專家證照
O2 PT 體適能訓練系統證照
NIKE NTC+訓練系統證照
美國 TRX 懸吊訓練系統證照
挪威 REDCORD Active 懸吊訓練系統證照
紐西蘭 Les Mills BODYBALANCE 教練證照
美國 BEACHBODY PIYO 教練證照
美國 SPINNING 飛輪三星教練證照

附件一

104 年度體適能教學研習會第二梯次日程表
EOXi®初級飛輪教練培訓認證課程

時間	內容	主持（講）人	地點
08:30~09:00	報到	中華民國體適能瑜珈協會 EOXi®飛輪教練群 陳允中 賴玠豪 洪琦雯	
09:00~09:10	始業式		
09:10~10:10	飛輪課程學科概念		
10:20~11:20	飛輪腳踏車解剖學與安全考量		
11:30~12:30	EOXi®飛輪音樂的概念與應用		
12:30~13:30	午餐		
13:30~15:00	EOXi®飛輪初級編課系統		
15:10~16:40	EOXi®飛輪初級教學系統		
16:50~17:50	實務操作級檢定		
17:50~18:00	綜合座談暨結業式		

附件二

104 年度體適能教學研習會第二梯次報名表

EOXi®初級飛輪教練培訓認證課程

單位名稱			
姓 名		職 稱	
E - m a i l		膳 食	☐ 葷食 ☐ 素食
通 訊 處	地址： ☐ ☐ ☐ 電話（手機）：		
費 用	中華民國體適能瑜珈協會會員 3,000 元 非會員 3,500 元 ※中華民國體適能瑜珈協會會員須出示年費繳交收據影本，欲加入體適能瑜珈協會者請見附件三		
報 名 方 式	詳填本表連同郵政劃撥收據影本於 6 月 4 日（星期四）前傳真或逕寄本會研究發展組（郵政劃撥儲金存款帳號：17680118；戶名：中華民國大專院校體育總會；通訊欄請註明活動名稱及姓名，否則視同捐款；地址：104 臺北市朱崙街 20 號 13 樓；電話：02-27710300#40；傳真：02-27406649；網站： http://www.ctusf.org.tw ）。		
備 註	一、因故無法參加者請於活動舉行前十日通知本會研究發展組，否則概不退費。 二、參加人員請依規定向所屬單位申請公（差）假。 三、研習會期間供應午餐，如需住宿請自行處理。 四、全程參與者由大專體育總會頒發研習證書，並可參加 EOXi®初級飛輪教練培訓認證檢定測驗，通過者可獲頒 EOXi®初級飛輪教練培訓認證證照。 注意事項：為維護場地清潔，敬請攜帶毛巾。		

中華民國體適能瑜珈協會入會方式

1. 填妥入會申請表（如下頁所示）郵寄或親送至本會。
2. 繳交入會費 500 元及年費—社會人士 1,000 元，學生 500 元（須出示學生證）。

匯款帳號—中華民國體適能瑜珈協會
第一銀行(007)苓雅分行 70510066727

3. 會員權益

- (1)接收本會之活動訊息及出版刊物
- (2)以優惠價格參與本會舉辦或協辦之研習
- (3)以優惠價格參與本會舉辦或協辦之證照檢定
- (4)提昇您的專業形象
- (5)掌握最新健身運動發展趨勢

4. 聯絡方式

E-mail：fitnessyoga3832855@gmail.com

電話：07-3832855

地址：高雄市三民區建工路 415 號 體適能中心

中華民國體適能瑜珈協會入會申請表

姓名 Name			性別 Sex			出生日期 Date of Birth		
學歷 Education			經歷 Professional Experience			現職 Current Occupation		
住址 (公) Mailing Address	☐ ☐ ☐				電話 Tel	公 Office		
住址 (宅) Home Address	☐ ☐ ☐				傳真 Fax	宅 Residence		
手機 Cell Phone			電子郵件 E-mail					
申請日期 Date of Application	年	月	日	審查結果 (由本協會填寫)				
會員證號碼 (免填)			申請人簽章 Applicant's Signature			二吋照片		

備註

1. 為求基本資料的完整性，請貴您填妥正確內容項目。
2. 入會費 500 元，年費（社會人士 1,000 元，學生 500 元）
3. 年費收據請保留。凡參加本會所辦理之活動時出示繳費收據證明為有效會員，始能給予報名優惠。