

# 國立臺灣體育運動大學 函

機關地址：404臺中市北區雙十路1段16號

承辦人：陳重佑

電話：04-22213108

傳真：

電子信箱：chungyu@ntupes.edu.tw

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國107年3月1日

發文字號：臺體運體字第1079000315號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：2018千百樂運動教練培訓班實施辦法.pdf

主旨：檢送「2018千百樂運動教練培訓班實施辦法」，詳如說明，請查照

。

說明：

- 一、為推廣安全、自由與技擊性的千百樂運動，並培養千百樂運動指導人員，特舉辦此培訓班。
- 二、主辦單位為國際千百樂運動協會，本校與臺灣運動學協會擔任承辦單位。
- 三、舉辦日期為民國107年3月30、31日，地點於本校體操館1樓，實施辦法如附件。
- 四、請惠允函轉所屬機關、相關人員公告周知，並鼓勵所屬相關人員公假登記參與。

正本：各公立大學校院

副本：電子  
107/03/01  
16:50:34



# 2018 千百樂運動教練培訓班實施辦法

- 一、簡 介：千百樂運動（Sports Chanbara）源起於兒童喜歡拿器具相互砍劈對打的扮演武士活動，為了安全、自由、公平的考量，日本田邊哲人先生設計了「充氣式」的安全刀劍，並要求參與者在誠實的自我評審心境下與同儕相互練習、競爭。千百樂運動的參與，可以在歡樂、自由與安全的環境中鍛鍊自衛防身的動作技能，更可以培養學習者追求自我榮譽價值的運動家精神。也由於千百樂運動的形式多元性、器材安全性，本運動可以在幼兒至老年人或各種身體活動能力者實施，以滿足體育運動的全人教育需求。
- 二、目 的：為推廣安全、自由的千百樂運動，並培養優秀千百樂運動指導人才，特舉辦此培訓班。
- 三、主辦單位：國際千百樂運動協會  
（International Sports Chanbara Association）
- 四、承辦單位：臺灣運動學協會（立案字號：台內社字第 0980027625 號）、  
國立臺灣體育運動大學
- 五、協辦單位：國立臺灣體育運動大學體育學系
- 六、舉辦日期：民國 107 年 3 月 30 日（星期五）至 3 月 31 日（星期六）止，共 2 天。
- 七、舉辦地點：國立臺灣體育運動大學體操館 1 樓。  
（臺中市北區雙十路一段 16 號）
- 八、報名資格：凡對千百樂運動或技擊運動有興趣之年滿 18 歲（含）以上學生、各級學校教職員或社會相關人士，均可報名參加。
- 九、參加人數：限 150 人，額滿為止。
- 十、報名手續：
- （一）報名費：
    1. 新臺幣 2,500 元整。
    2. 報名費以郵政匯票（匯票抬頭：臺灣運動學協會）寄至「國立臺灣體育運動大學唐人屏老師收」，以完成報名手續；或直接匯款繳交，帳號資料：郵局（代碼 700）、帳號 00214240267825。
  - （二）報名時間：自即日起至 3 月 19 日（星期一）止，因需將報名資料彙整寄送國際千百樂協會製發證照，逾期不候。
  - （三）報名方式：請至下列連結填寫報名表。

<https://goo.gl/forms/4LA1SCE1Ub2UjFYm2>



- (四) 活動聯絡人：唐文毅老師，聯絡電話 0985494373。  
e-mail: taiwanspochan@gmail.com
- (五) 匯款後因故無法出席，請於活動舉行前 3 日（3 月 26 日 23：55 以前）e-mail 告知主辦單位，否則概不退費（退費須扣除報名費 10%作為主辦單位之行政管理費用）。

十一、課程表： 詳見附件。

- 十二、附 則：
- (一) 學員全程參加培訓班課程者，由承辦單位頒發結業證書。
  - (二) 學員經考試通過者，由 International Sports Chanbara Association 直接授予國際 B 級指導員證書。
  - (三) 承辦單位提供學員之意外險、講義及午餐，其餘膳宿、交通等請學員自理。
  - (四) 承辦單位備有國際千百樂協會核可之小太刀 20 把、面具 6 個供學員輪流練習使用，參加學員請穿著無拉鍊、無鈕釦之運動服裝參與，以避免充氣器具的損壞。
  - (五) 為了維護參與者的人身安全，請勿攜帶未經國際千百樂協會核可之器具參與練習。
  - (六) 如需代購器具者，請儘速於報名表單中填寫，裨益日本來臺授課教師之提早準備。
  - (七) 相關訊息，請詳見“臺灣千百樂運動”的 Facebook。
- 十三、未盡事宜者，由承辦單位擁有臨時依需求修正實施之權利。

## 授課教師資訊----

指導員 細川健一

国際スポーツチャンバラ協会副会長

日本スポーツチャンバラ協会 常任理事

師範

1996年世界チャンピオン

指導員 金井 正 かない ただし

東京都スポーツチャンバラ協会 理事

師範代

模範選手 細川智穂 ほそかわ ちほ 11歳

2017年 アジア・オセアニア大会 基本動作5・6級の部優

勝

国別対抗団体戦 日本代表 優勝

附件

## 2018 千百樂運動教練培訓班 課程表

3月30日

8:30 ご挨拶  
スポチャンの歴史  
用具説明  
競技説明

9:30 準備体操 グループ分け 10人一组くらい  
素振り  
打ち込み

10:30 基本動作 小太刀

11:30 基本動作 長剣 二刀

12:00 終了

13:30 打突競技 小太刀 防御

14:30 互角稽古

15:00 試合・審判説明

15:30 試合稽古

16:30 団体戦説明

16:45 団体戦

17:20 終了

3月31日

8:10 準備体操  
素振り  
打ち込み

8:30 基本動作

9:30 基本動作号令練習・試験

10:30 基本動作試合

11:30 基本動作試験

12:00 終了

13:30 打突競技 長剣フリー

14:00 打突競技 長剣両手

14:30 打突競技 二刀

15:00 打突競技 試合

16:30 打突競技 異種

17:00 終了

| 時間 / 日期                       | 3/30                                 | 3/31                             |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| 08:10 ~ 08:30                 | 集合報到                                 | 熱身操（約 10 人 1 組）<br>練習揮擊          |
| 08:30 ~ 09:30                 | 問候<br>Sportchan 的歷史介紹<br>使用器具及賽事規則說明 | 基本動作演練                           |
| 09:30 ~ 10:30                 | 熱身操（約 10 人 1 組）<br>練習揮擊              | 基本動作號令練習<br>測試                   |
| 10:30 ~ 11:30                 | 基本動作<br>（小太刀）                        | 基本動作比賽                           |
| 11:30 ~ 12:00                 | 基本動作<br>（長劍 二刀）                      | 基本動作測試                           |
| 12:00 ~ 13:30                 | 中午休息、用餐                              |                                  |
| 13:30 ~ 14:30                 | 競技競賽<br>（小太刀 防禦）                     | 競技比賽<br>（自選長劍、雙手長劍）<br>（各 30 分鐘） |
| 14:30 ~ 15:00                 | 不分勝負的練習                              | 競技比賽<br>（二刀）                     |
| 15:00 ~ 15:30                 | 比賽、裁判說明                              | 競技比賽                             |
| 15:30 ~ 16:30                 | 練習比賽                                 |                                  |
| 16:30 ~ 16:45                 | 團體競技比賽<br>規則說明                       | 競技比賽<br>（不同類型器具）                 |
| 16:45 ~ 17:20<br>(17:00 3/31) | 團體競技比賽                               |                                  |
| 17:20<br>(17:00 3/31)~        | 賦歸休息                                 | 珍重再見                             |