

首四日首波優惠
05/18-05/21
報名享**85折**

第二彈優惠
05/22-06/04
報名享**88折**

最後優惠
06/05-06/18
報名享**9折**



Summer Camp

鯊鯊特攻隊

2023夏令營

報名須知

活動日期 | 112年7月3日-8月29日

參加對象 | 學齡前、國小、國中

報名費用 | 請參閱簡章

報名地點 | 臺北市南港運動中心1F櫃台

報名時間 | 08:00-21:00

網路報名 | <https://scr.cyc.org.tw/tp02.aspx>(網路報名折扣等同於現場報名)



注意事項 | 凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、糖尿病或其他慢性病(特殊疾病)、不適合參加團體活動者、請勿報名參加。如違反規定，發生事故應自行負責。

課程異動 | 1. 指退費、轉班或延期，僅限臨櫃辦理。

2. 由本人攜帶發票及各項收據正本至臨櫃辦理，刷信用卡者須持卡人攜帶原卡片和簽單收據。

| 退費 |

1. 若人數不足未能開班，最晚請於8/31前辦理全額退費，逾期恕不受理。
2. 課程報名後至開課日課程開始前辦理退費，退還所繳學費之90%，課程開課後至第二堂課程開始前，退還所繳學費之70%，第二堂開課後至第三堂課程開始前，退還所繳學費之50%，達全期(或總課程時數)三分之一以上，所繳費用全數不予退還。
3. 因受傷、疾病等不可抗力因素並出示相關證明者，最晚請於8/31前辦理，可退回剩餘之課程費用、逾期恕不受理。

| 轉班規定 |

1. 第一次未收手續費，第二次起每次酌收手續費100元，請於第二堂上課前攜帶發票及各項收據正本辦理，逾期恕不受理。
2. 插班報名者恕不受理轉班。
3. 本簡章優惠折扣是期間限定，轉班需放棄先前優惠折扣照當時折扣報名。

| 備註 |

1. 報名人數若未達開班人數，本中心有併班、更改課程內容之權利。
2. 小朋友若在身體健康、飲食、生活作息等方面需特別留意，請先告知。
3. 本活動會有攝影需求，凡參加者視同同意現場照片肖像權授權會露出使用。
4. 本營隊需事先依人數比安排所有師資及上課教材，因此所有缺課不退還任何費用。
5. 本活動承保公共意外責任險。



| 報名方式 |

第一步：前往南港運動中心【官方網站】

第二步：點選【運動課程】並註冊會員

第三步：點選【課程報名-兒童營隊系列】進行選課

| 貼心小叮嚀 |

1. 註冊會員請填寫【小朋友的資料】。
2. 網路【不提供已開課之插班報名】，請於一樓櫃台詢問插班資訊。
3. 完成報名程序後，請於十分鐘內刷卡繳費完成報名辦理(如逾期請重新報名)

籃球訓練營



對象 7歲-13歲 師生比 1:12 滿班人數 24人 上課地點 3F籃球場(半場)

南港運動中心籃球教練團將帶領想學籃球的學員們進入籃球領域，在團隊的對抗賽及紮實的基礎中，讓學員們更能掌握其中技巧，訓練課程內容包含運球、帶球上籃、傳接球、投籃技巧等多項豐富課程。



陳昱傑 教練群

- 2013 NIKE CAMP 球員
- JHBL甲級八強球員
- HBL甲級球員
- 會稽國中教練
- 新屋國中教練
- 新屋高中教練

TIME 09:00-12:00

MQ091 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$4500

MQ094 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$4500

MQ097 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$4500

MQ092 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$4500

MQ095 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$4500

MQ098 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$6300

MQ093 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$4500

MQ096 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$4500



TIME 13:00-15:00

MQ131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$3000

MQ134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$3000

MQ137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$3000

MQ132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$3000

MQ135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$3000

MQ138 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$4200

MQ133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$3000

MQ136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$3000





幼兒籃球

對象 3歲-7歲

滿班人數 12人

上課地點 3F 籃球場(半場)

TIME 12:00-13:00

教練 陳昱傑 教練群

MQ121 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) **\$1500**

MQ122 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) **\$1500**

MQ123 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) **\$1500**

MQ124 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) **\$1500**

MQ125 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) **\$1500**

MQ126 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) **\$1500**

MQ127 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) **\$1500**

MQ128 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) **\$2100**

壁球訓練營

對象 8歲-16歲

滿班人數 8人

上課地點 6F 壁球場

壁球運動比起羽毛球、網球等算是入門門檻較低的運動，容易學習、也容易上手，而且適合全齡層，從擊打牆壁開始練習，練習揮拍、擊球、對戰，壁球運動可以增加手眼協調能力、集中注意力、強化柔軟度。

TIME 10:00-12:00

教練 黃俊男 教練群

MH101 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) **\$2700**

MH102 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) **\$2700**

MH103 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) **\$2700**

MH104 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) **\$2700**

MH105 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) **\$2700**

MH106 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) **\$2700**

MH107 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) **\$2700**

MH108 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) **\$2700**



桌球旋風營

球拍自備

對象 7歲-13歲 師生比 1:8 滿班人數 16人 上課地點 6F桌球場

桌球運動是結合肢體、軀幹與眼睛的共同訓練項目，此外空間感、節奏感及敏捷性亦是發展重點，從基本的發球到實戰對打課程，針對不同程度學員給予指導。

TIME 10:00-12:00

MZ101 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$2700

MZ104 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$2700

MZ107 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$2700

教練 乒運動桌球教練群

MZ102 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$2700

MZ105 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$2700

MZ108 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$3500

MZ103 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$2700

MZ106 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$2700

TIME 15:00-17:00

MZ151 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$2700

MZ154 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$2700

MZ157 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$2700

MZ152 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$2700

MZ155 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$2700

MZ158 7DAYS

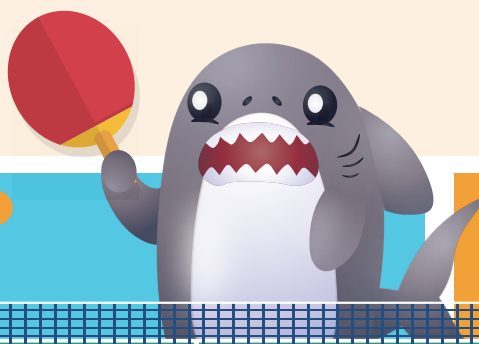
8/21(-)-8/29(二) \$3500

MZ153 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$2700

MZ156 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$2700





羽球訓練營

球拍自備

對象 7歲-13歲 師生比 1:8 滿班人數 16人 上課地點 6F羽球場

羽球課程是最好的手眼協調訓練之一，課程可增加全身肌耐力及協調性，從握拍法及基本步伐開始訓練及加強各式擊球訓練及單雙打訓練。

TIME 09:00-12:00

MG091 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$4200

MG094 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$4200

MG097 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$4200

教練 本中心專業教練群

MG092 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$4200

MG095 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$4200

MG098 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$5600

MG093 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$4200

MG096 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$4200

TIME 13:00-16:00

MG131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$4200

MG134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$4200

MG137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$4200

MG132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$4200

MG135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$4200

MG138 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$5600

MG133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$4200

MG136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$4200

進階羽球訓練營

球拍自備

對象 10歲-15歲 師生比 1:8 滿班人數 8人 上課地點 6F羽球場

進階羽球課程可以增加更多的技巧性動作，從進階步法、正反手發球、殺球等訓練要點並增加對戰實務訓練。

TIME 09:00-12:00

MT091 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$4200

MT094 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$4200

MT097 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$4200

教練 本中心專業教練群

MT092 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$4200

MT095 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$4200

MT098 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$5600

MT093 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$4200

MT096 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$4200

TIME 13:00-16:00

MT131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$4200

MT134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$4200

MT137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$4200

教練 本中心專業教練群

MT132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$4200

MT135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$4200

MT138 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$5600

MT133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$4200

MT136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$4200





蜘蛛人攀岩營

👤 對象 7歲-15歲

👥 開班人數 6人

👥 滿班人數 21人

📍 上課地點 3F攀岩場

➤ TIME 09:00-12:00

👤 教練 PMAX教練群

ML091 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) **\$3800**

ML094 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) **\$3800**

ML097 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) **\$3800**

ML092 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) **\$3800**

ML095 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) **\$3800**

ML098 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) **\$3800**

ML093 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) **\$3800**

ML096 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) **\$3800**

➤ TIME 13:00-16:00

ML131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) **\$3800**

ML134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) **\$3800**

ML137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) **\$3800**

ML132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) **\$3800**

ML135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) **\$3800**

ML138 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) **\$3800**

ML133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) **\$3800**

ML136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) **\$3800**

星期一

新生報到
安全規範說明
攀岩裝備介紹
基本動作暖身
攀岩基礎能力測試

星期二

基本動作暖身
手腳點基礎教學
抱石攀岩體驗

星期三

基本動作暖身
手腳點進階教學
上攀安全口令教學
上攀基礎路線體驗

星期四

基本動作暖身
上攀進階路線體驗
上攀個人積分賽

星期五

基本動作暖身
上攀內凹路線挑戰
上攀小組積分賽

～課程會按照學員程度進行調整～



MV舞蹈營

對象 7歲-13歲

滿班人數 18人

上課地點 5A教室

透過快樂的音樂，舞蹈教學，讓孩子愛上音樂、愛上舞蹈，更重要的是愛上學習，量身打造並提供專業優質課程，利用舞蹈及律動開啟孩子潛能。



老鼠 教練

- DA_ELF舞團成員
- 歌手 PiA 吳蓓雅「他們都叫我小清新」MV舞者
- 歌手田亞霍「到底是誰忍心刀了我」MV舞者
- 六福村活動演出舞者
- 體育嘉年華會開場表演嘉賓
- 2019年9臺北市高中職校際盃街舞大賽 第四名



TIME 14:00-16:00

MP141 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$2700

MP144 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$2700

MP147 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$2700

MP142 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$2700

MP145 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$2700

MP148 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$2700

MP143 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$2700

MP146 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$2700

幼兒律動

對象 3歲-7歲

滿班人數 12人

上課地點 5A教室

TIME 13:00-14:00

教練 本中心專業教練群

MP131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$1500

MP134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$1500

MP137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$1500

MP132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$1500

MP135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$1500

MP138 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$1500

MP133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$1500

MP136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$1500



神槍手射擊營

無折扣、無活動優惠

對象 7歲-12歲

滿班人數 12人

上課地點 5F射擊場

TIME 13:30-15:30

教練 台北市體育總會射擊協會教練群

MJ131 4DAYS

7/4(二)-7/7(五) \$2400

MJ134 4DAYS

7/25(二)-7/28(五) \$2400

MJ137 4DAYS

8/15(二)-8/18(五) \$2400

MJ132 4DAYS

7/11(二)-7/14(五) \$2400

MJ135 4DAYS

8/1(二)-8/4(五) \$2400

MJ138 4DAYS

8/22(二)-8/25(五) \$2400

MJ133 4DAYS

7/18(二)-7/21(五) \$2400

MJ136 4DAYS

8/8(二)-8/11(五) \$2400

水肺潛水體驗營

泳裝自備

無折扣、無活動優惠

對象 10歲-15歲

滿班人數 8人

上課地點 1F潛水池

TIME 09:00-11:00

教練 本中心專業潛水教練

MS091 2DAYS

7/3(一)-7/4(二) \$2500

MS094 2DAYS

7/24(一)-7/25(二) \$2500

MS097 2DAYS

8/14(一)-8/15(二) \$2500

MS092 2DAYS

7/10(一)-7/11(二) \$2500

MS095 2DAYS

7/31(一)-8/1(二) \$2500

MS098 2DAYS

8/21(一)-8/22(二) \$2500

MS093 2DAYS

7/17(一)-7/18(二) \$2500

MS096 2DAYS

8/7(一)-8/8(二) \$2500

MS099 2DAYS

8/28(一)-8/29(二) \$2500

· 本活動將附贈活動照片 請於9/14日前下載完畢



雲端QR CODE



羅賓漢射箭營

👤 對象 7歲-12歲

👥 滿班人數 10人

📍 上課地點 8F射箭場



劉碧瑜 教練群

現任
 · 南港運動中心射箭教練
 · 大佳國小射箭隊教練
選手生涯表現
 · 2000年雪梨奧運會榮獲女子射箭團體第八名

經歷
 · 臺灣師範大學射箭隊教練
 · 2017年臺北世界大學運動會射箭男子團體銀牌代表隊教練
 · 2014年臺北世界大學射箭錦標賽男子團體金牌代表隊教練
 · 1996年亞特蘭大奧運女子射箭隊培訓隊執行教練

🕒 TIME 10:30-12:00

MR101 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$3000

MR104 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$3000

MR107 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$3000

MR102 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$3000

MR105 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$3000

MR108 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$3000

MR103 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$3000

MR106 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$3000

🕒 TIME 15:30-17:00

MR151 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$3000

MR154 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$3000

MR157 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$3000

MR152 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$3000

MR155 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$3000

MR158 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$3000

MR153 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$3000

MR156 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$3000

星期一

報到
 安全常識解說
 弓箭器材介紹
 基本動作練習
 箭值分數計算

星期二

基本動作練習
 射箭基本規則解說1
 計分賽自我挑戰

星期三

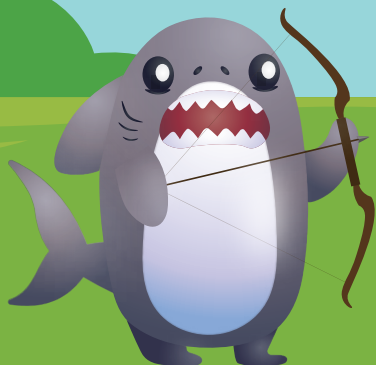
基本動作練習
 射箭基本規則解說2
 射箭英文與專有術語

星期四

基本動作練習
 計分賽自我挑戰
 射氣球爆破王比賽

星期五

基本動作練習
 射箭器材組裝練習
 神射手狩獵之遊



足球訓練營

對象 6歲-13歲

滿班人數 30人

上課地點 3F 籃球場

TIME 15:00-17:00

教練 大湖足球俱樂部教練群

MS153 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) **\$3000**

MS156 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) **\$3000**

MS154 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) **\$3000**

MS155 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) **\$3000**

第一堂

足球技巧入門
拉球、控球、
射門、足球遊戲

第二堂

足球技巧入門
點球、拉球、控球、
射門、足球遊戲

第三堂

足球技巧入門
一對一對抗
足球規則指導
足球模擬比賽

第四堂

足球技巧入門
足球強度入門
高空球練習
足球模擬比賽
比賽觀念指導

第五堂

小組攻守練習
模擬正式比賽

法式甜點營

需自備餐盒

對象 7歲-12歲

滿班人數 8人

上課地點 5F PT-A教室

烘焙課程主要可以訓練耐心、分工合作及創意發想，課程中提供的食材配方都可以加入自己的創意，做不同口味啟發孩子們豐富想像力，分組進行彼此互相幫忙並合力完成，在烘烤的過程中觀察甜點變化並學習等待，最後品嚐手作成果增加孩子的自信心。

TIME 09:30-11:30

教練 林舒欣 師資群

MF091 3DAYS

7/5(三)-7/7(五) **\$2700**

MF094 3DAYS

7/26(三)-7/28(五) **\$2700**

MF097 3DAYS

8/16(三)-8/18(五) **\$2700**

MF092 3DAYS

7/12(三)-7/14(五) **\$2700**

MF095 3DAYS

8/2(三)-8/4(五) **\$2700**

MF098 3DAYS

8/23(三)-8/25(五) **\$2700**

MF093 3DAYS

7/19(三)-7/21(五) **\$2700**

MF096 3DAYS

8/9(三)-8/11(五) **\$2700**

小小觀察家-甲蟲



對象 7歲-12歲 開班人數 6人 滿班人數 20人 上課地點 1F閱覽室

TIME 10:30-12:00

教練 倍思科學專業師資群

ME101 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$3000

ME103 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$3000

ME105 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$3000

ME107 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$3000

· 材料費:900(該筆費用於第一堂上課時繳交現金給教練)

第一堂

蟲蟲世界

第二堂

讓我們捉蟲趣

第三堂

昆蟲大觀園

第四堂

我的鐵甲武士

第五堂

永恆的昆蟲



小小觀察家-螞蟻

對象 7歲-12歲 開班人數 6人 滿班人數 20人 上課地點 1F閱覽室

TIME 10:30-12:00

教練 倍思科學專業師資群

ME102 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$3000

ME104 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$3000

ME106 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$3000

ME108 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$3000

· 材料費:850(該筆費用於第一堂上課時繳交現金給教練)

第一堂

我的螞蟻圖鑑

第二堂

我的螞蟻王國

第三堂

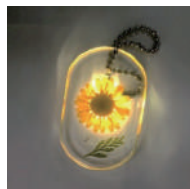
螞蟻獵人

第四堂

螞蟻偵探

第五堂

戰鬥螞蟻寶貝



木匠體驗營

對象 7歲-12歲 開班人數 5人 滿班人數 20人 上課地點 1F閱覽室

TIME 13:00-15:00

教練 萊特魔術學院專業師資群

ME131 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$3000

ME137 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$3000

ME133 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$3000

ME135 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$3000

· 材料費:1000(該筆費用於第一堂上課時繳交現金給教練)

課程	第一堂	第二堂	第三堂	第四堂	第五堂
ME131 ME133	坦克車	液壓升降台	保險箱	繪圖儀	摩天輪
ME135 ME137	國旗升降台	聲控小車	七彩小屋	輸送帶	霸王龍

動力機械營

對象 7歲-12歲 開班人數 5人 滿班人數 20人 上課地點 1F閱覽室

TIME 13:00-15:00

教練 萊特魔術學院專業師資群

ME132 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$3000

ME138 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$3000

ME134 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$3000

ME136 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$3000

· 材料費:1000(該筆費用於第一堂上課時繳交現金給教練)

課程	第一堂	第二堂	第三堂	第四堂	第五堂
ME132 ME134	伸縮夾、投籃機	清潔車	清潔車	賽車	賽車
ME136 ME138	海盜船	吊橋	縫紉機	抽油機	抽油機





魔術波特營

👤 對象 7歲-12歲

👥 開班人數 4人

👤 滿班人數 10人

📍 上課地點 1F閱覽室

➤ TIME 15:30-17:00

MA151 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$2700

MA155 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$2700



創意造型氣球營

👤 對象 7歲-12歲

👥 開班人數 4人

👤 滿班人數 10人

📍 上課地點 1F閱覽室

➤ TIME 15:30-17:00

MA152 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$2700

MA156 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$2700



魔法黏土藝術營

👤 對象 7歲-12歲

👥 開班人數 4人

👤 滿班人數 10人

📍 上課地點 1F閱覽室

➤ TIME 15:30-17:00

MA153 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$2700

MB157 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$2700



數學德式桌遊營

👤 對象 7歲-12歲

👥 開班人數 4人

👤 滿班人數 10人

📍 上課地點 1F閱覽室

➤ TIME 15:30-17:00

MA154 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$2700

MA158 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) \$2700



BASKETBALL

BASKETBALL



合作營隊



神盾勇士籃球培訓營

本課程不同步簡章優惠

對象 12歲-14歲

滿班人數 30人

上課地點 3F 籃球場

Aegis Challenging神盾勇士籃球暑假培訓營即將上線！團隊及所有教練非常感謝家長及學員對於神盾勇士籃球培訓營的支持，我們依家長、學員的意見後，經過多次開會調整，希望在訓練的方式上能讓學員更有效率的吸收，也希望所有參加神盾勇士籃球培訓營的學員能夠享受我們的訓練過程！

報名方式由旁邊QR CODE掃描填寫表單即可

- 優惠方式及注意事項以表單內容為主
- 相關問題請洽小葛教練0939-961-096



報名連結

- 報名即贈精美球衣乙件(市價850元)
- 報名連結:<https://reurl.cc/klMjE9>

TIME 15:00-17:30

MQ151 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) **\$5000**

MQ154 5DAYS

8/21(-)-8/25(五) **\$5000**

教練 松山高中籃球隊體系教練團

MQ152 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) **\$5000**

MQ153 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) **\$5000**

日歸營

寶寶探險營

自備:睡袋、環保餐具、水壺、
換洗衣物一套

對象 3歲-7歲

師生比 1:11

滿班人數 22人

TIME 08:50-17:30

MU01 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$7700

MU04 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$7700

MU07 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$7700

MU02 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$7700

MU05 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$7700

MU08 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$10500

MU03 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$7700

MU06 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$7700

* 集合報到地點爲一樓閱覽室 *

日期 時間	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	8/28	8/29
08:50 09:20	早安/集合報到(一樓閱覽室)						
09:30 10:30	新朋友 哈囉	7/4、8/1 趣味魔術 7/11、8/8 生活魔術 7/18、8/15 科學魔術 7/25、8/22 數學魔術	趣味 桌遊	7/6、8/6 潛能開發 7/15、8/12 造型氣球 7/22、8/19 益智遊戲 7/29、8/26 百變氣球	戶外 教學 (依 當週 戶外 教學 通知 單爲 主)	趣味 桌遊	潛能 開發
10:40 11:40	彈翻床 環式體能 跳遠測試 敏捷訓練	闖關練習 S型練習 平衡訓練 梯繩訓練	體能遊戲 專注強化 平衡木 單槓	地板組合 綜合體能 趣味角錐 彈翻床		體能 遊戲	綜合 體能
11:50 13:30	午餐/午休					午餐/午休	
13:30 15:00	迷你 足球	幼兒 跆拳道	籃球	迷你 足球		幼兒 律動	幼兒 跆拳道
15:10 15:50	點心時間					點心時間	
16:00 17:30	電影 賞析	小小 羽球王	幼兒 律動	小小 羽球王		小小 羽球王	籃球
17:30 18:00	平安賦歸(一樓閱覽室)						

日歸營

百慕達鐵人營

自備：羽球拍、桌球拍、
環保餐具、水壺

對象 10歲-15歲

滿班人數 24人

TIME 08:50-17:30

MX01 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$7700

MX04 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$7700

MX07 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$7700

MX02 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$7700

MX05 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$7700

MX08 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$10500

MX03 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$7700

MX06 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$7700

* 集合報到地點為三樓籃球場 *

日期 時間	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	8/28	8/29
08:50 09:20	早安/集合報到(三樓籃球場)						
09:30 12:00	熱血籃球						
	運球切入訓練 防守步伐訓練 兩人快攻訓練	盯人防守觀念講解 區域防守觀念講解 三人小組快攻訓練	破區域進攻戰術講解 五人攻守轉換路線 籃球規則示範解說	假動作練習 移動投籃 體能競賽	戰術講解 防守演練 對抗熱身賽	假動作練習 移動投籃 對抗熱身賽	體能競賽 戰術講解 對抗熱身賽
12:00 13:20	午餐/午休						
13:30 15:00	美式躲避球(與冒險營一同競賽)		桌球小旋風			美式躲避球(與冒險營一同競賽)	
	規則示範解說 熱身友誼賽	戰術講解 分組對抗賽	基本握拍 擊球律動 正拍擊球	步法訓練 正手旋球 移動擊球	步法複習 雙打講解 對打訓練	戰術講解 熱身友誼賽	戰術講解 分組對抗賽
15:10 15:50	點心時間						
16:00 17:30	羽球勇士		神槍手 (空氣槍射擊體驗)	羽球勇士		西洋劍	羽球勇士
	正拍擊球 前場步法 發球訓練	中場步法 後場擊球 反手擊球		步法複習 前場挑球 後場長球	戰術講解 動作總複習 對抗熱身賽		步法複習 動作總複習 對抗熱身賽
17:30 18:00	平安賦歸(一樓講座區)						

日歸營

波賽頓冒險營

自備:羽球拍、泳具、
環保餐具、水壺

對象 7歲-12歲

滿班人數 34人

TIME 08:50-17:30

M001 5DAYS

7/3(-)-7/7(五) \$7700

M004 5DAYS

7/24(-)-7/28(五) \$7700

M007 5DAYS

8/14(-)-8/18(五) \$7700

M002 5DAYS

7/10(-)-7/14(五) \$7700

M005 5DAYS

7/31(-)-8/4(五) \$7700

M008 7DAYS

8/21(-)-8/29(二) \$10500

M003 5DAYS

7/17(-)-7/21(五) \$7700

M006 5DAYS

8/7(-)-8/11(五) \$7700

* 集合報到地點為五樓社區教室 *

日期 時間	DAY1	DAY2	DAY3	DAY4	DAY5	8/28	8/29
08:50 09:20	早安/集合報到(五樓社區教室)						
09:20 10:20	認識 新朋友	探索 教育	7/5 橡皮筋槍 7/12 魔術 7/19 吸管排笛 7/26 積木 8/2 骨牌 8/9 魔術 8/16 降落傘 8/23 積木	創意 手作	戶外 教學 (依 當週 戶外 教學 通知 單為 主)	探索 教育	骨牌
10:30 12:00	西洋劍	電影 賞析	7/5 骨牌 7/12 氣球 7/19 骨牌 7/26 黏土 8/2 手作卡片 8/9 氣球 8/16 骨牌 8/23 黏土	造型 拼豆		西洋劍	手作 卡片
12:00 13:20	午餐/午休					午餐/午休	
13:30 15:00	美式躲避球 (與鐵人營合併上課)		足球	籃球		美式躲避球 (與鐵人營合併上課)	
15:10 15:50	點心時間					點心時間	
16:00 17:30	MV 舞蹈	跆拳道	羽球	游泳課		足球	籃球
17:30 18:00	平安賦歸(一樓講座區)						



📍 臺北市南港區玉成街69號

☎ (02)2653-2279

🌐 <https://ngsc.cyc.org.tw/>

請洽:(02)2653-2279分機234(慕副理)
歡迎各大學校、安親班洽談運動課程包班

 **臺北市南港運動中心**
Taipei Nan Gang Sports Center