

開南大學終身教育部

103 學年度郭李建夫棒球冬令營招生簡章

一、目的

開南大學為推廣棒球運動，由本校棒球隊郭李建夫總教練帶領此次棒球冬令營，期望能以樂趣化教學，引導學童、青少年及一般民眾體驗棒球運動之樂趣。

二、報名資格、參加名額

(一)第一梯次

名額限制：60 名；年齡：11 歲(國小五年級)以上至 16 歲(國中三年級)以下

(二)第二梯次

名額限制：60 名；年齡：17 歲(高中、職一年級)以上

三、營隊時間、地點

(一)第一梯次

營隊時間：104 年 2 月 2 日至 104 年 2 月 6 日

營隊地點：開南大學棒球場

(二)第二梯次

營隊時間：104 年 2 月 9 日至 104 年 2 月 13 日

營隊地點：開南大學棒球場

四、報名地點

桃園市蘆竹區開南路 1 號(開南大學至誠樓一樓 A110 室)

洽詢專線：(03)341-2500 轉 2204、2205；傳真：(03)341-1751

五、報名日期及方式

報名繳費期限：即日起至 104 年 1 月 31 日止，每週一至週五 09:00-21:30，週日 09:00-16:00。

委託或親臨報名應備資料：填具報名表、繳交報名費

六、收費標準

報名費：新臺幣 3,800 元整，含保險、球帽、紀念 T 恤。

七、注意事項

- 1.繳費收據請學員自行妥善保管，若遺失一律不予補發。
- 2.若因天候狀況、人數不足或其他不可抗拒因素影響時，主辦單位將以活動安全為考量，有權暫停、取消或延期活動課程，並將扣除已支出之活動行政費用後，並以電話通知轉梯或退還參加學員已繳交活動代辦費之差額。
- 3.如天候因素影響課程之進行，除主辦單位以電話個別通知停課或延期外家長及學員可自行參照活動承辦單位發佈之相關活動訊息。
- 4.本課程內容包含靜、動態之活動，請自行斟酌身體狀況，本大學不具相關責任。
- 5.學員上課時，請憑繳費收據準時報到至指定地點辦理報到手續，並領取學員證，主辦單位不另行通知報名學員。
- 6.學員報到請自備個人衛生用品(盥洗用品及每日兩套換洗衣物)；上課時，請穿著運動服(長褲)及運動鞋。
- 7.學員上課時請務必佩掛學員證。
- 8.為遵守活動團體紀律，不造成營隊活動困擾，凡已參加之學員如未能遵守活動規範，主辦單位將保留學員退訓之權利，敬請見諒。
- 9.本活動簡章如有未盡事宜，得隨時由主辦單位修改增定之。

103 學年度郭李建夫棒球冬令營招生簡章

第一梯次活動行程表

日期 時間	2/2(一)	2/3(二)	2/4(三)	2/5(四)	2/6(五)
08：00 08：50	學員報到	學員簽到			
09：00 10：00	開幕式 介紹總教練及助理教練 學員認識彼此及分組 熟悉校園環境 參觀棒球隊練習	熱身伸展操 壘間傳球訓練			
10：00 10：20		休息時間(補充水分)			【競賽時間】 棒球比賽
10：20 11：00		滾地球訓練 高飛球訓練 打擊訓練	【競賽時間】	【競賽時間】	
11：00 12：00		體能遊戲			
12：00 13：20		午餐及午休時間			
13：30 14：30	棒球規則介紹 基礎練習 認識運動傷害	守備練習 (滾地球、高飛球)	揮棒、打擊訓練	【全壘打競賽】	【競賽時間】 棒球比賽 決賽
14：30 14：40	休息時間(補充水分)				
14：40 15：30	跑壘訓練 傳接球訓練 打擊訓練	【競賽時間】	體能遊戲		
15：40 16：30			九宮格 PK 賽		
16：30			平安返家		
16：30	平安返家				閉幕式 平安返家

103 學年度郭李建夫棒球冬令營招生簡章

第二梯次活動行程表

日期 時間	2/2(一)	2/3(二)	2/4(三)	2/5(四)	2/6(五)
08：00 08：50	學員報到	學員簽到			
09：00 10：00	開幕式 介紹總教練及助理教練 學員認識彼此及分組 熟悉校園環境 參觀棒球隊練習	熱身伸展操 壘間傳球訓練			
10：00 10：20		休息時間(補充水分)			【競賽時間】 棒球比賽
10：20 11：00		接滾地球訓練 高飛球訓練 打擊訓練	【競賽時間】	【全壘打競賽】	
11：00 12：00		投球動作指導			
12：00 13：20		午餐及午休時間			
13：30 14：30	棒球規則介紹 基礎練習 認識運動傷害	守備練習 (滾地球、高飛球)	揮棒、打擊訓練	【模擬比賽】	【競賽時間】 棒球比賽 決賽
14：30 14：40	休息時間(補充水分)				
14：40 15：30	跑壘訓練 傳接球訓練 打擊訓練	【競賽時間】	體能遊戲		
15：40 16：30			九宮格 PK 賽		
16：30	平安返家				

103 學年度郭李建夫棒球冬令營招生簡章報名表

梯次：

編號：

姓 名			身分證字號	
生 日	民國	年	月	日
	性別		☐ 男 ☐ 女	
T 恤/帽子 尺寸	身高 公分 / 體重 公斤 / 胸圍 公分 / 頭圍 公分 ☐ S ☐ M ☐ L ☐ XL (請準確測量)			
電 話	公(O) ()		行動電話	
	宅(H) ()		電子信箱	
緊急聯絡人 及電話			緊急聯絡人 及電話	
通 訊 地 址	☐ ☐ ☐ ☐ - ☐ ☐ 縣/市 市/鄉/鎮 路/街 段 巷 弄 號 樓			
家長要求 注意事項	有無特殊病例(史)請務必誠實告知填寫簡述之			
報名紀錄				
繳 納 金 額			收 據 單 號	
收 款 人			報 名 日 期	
電 腦 建 檔				
退費紀錄				
退 費 金 額				
收 款 人			退 款 日 期	



開南大學終身教育部 103 學年度棒球冬令營 繳款收據

編號：《編號》	收據單號：
繳款人姓名：	聯絡電話：
繳費金額：	
備註：	
收款人：	日期：

*如有任何問題 請洽開南大學 終身教育部 03-3412500#2204-2205