

* **活動目的:推廣大直內湖地區孩童羽球運動風氣，培養孩童多元能力與運動習慣。**
* **活動時間：每周一、三、五，下午14:00~17:00共三期**
  + - **第一期：108年7月08日(一) ~108年7月19日(五)**
    - **第二期：108年7月22日(一) ~108年8月02日(五)**
    - **第三期：108年8月05日(一) ~108年8月15日(五)**
* **地點：濱江國中體育館3樓**
* **師資：蔣宗勳、陳奕傑教練**
* **費用：每期3000元，三期一次繳清優惠價8000元，費用於活動當天繳交**
* **準備物品：自備羽球拍、羽球鞋、毛巾、水壺**
* **備註：開班人數須15人，滿班25人，按程度分班，人數不足將電話通知取消**
* **報名方式：**
  + - 電話報名：(02)85020126-301 學務處陳主任
    - 報名表於6月30前交至濱江國中學務處，以利統計及彙整作業，謝謝您。

✂

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **報名期別** | **🞎第一期：108年7月08日~ 7月19日**  **🞎第二期：108年7月22日~ 8月02日**  **🞎第三期：108年8月05日~ 8月15日** | | | | |
| **姓　　名** |  | **性　　別** |  | **年　　齡** |  |
| **地　　址** |  | | | | |
| **連絡電話** |  | **緊急聯絡人** |  | **緊急聯絡電話** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 時間 | 課程主題 | 課程簡介 |
| 7/8~7/12 | 14:00~  17:00 | 握拍  發球 | 基本握拍動作與發球技巧  中場球技術:主動平球-被動平球 |
| 7/15~7/19 | 14:00~  17:00 | 後場球 | 長球-切球-後場兩側移動腳步  殺球-後場腳步訓練  被動球-過度球技巧 |
| 7/22~7/26 | 14:00~  17:00 | 前場球 | 小球-對角小球-挑球-前場移動腳步  前場撲球-前場壓球 |
| 7/29~8/2 | 14:00~  17:00 | 進攻  防守 | 進攻:跳殺-抽球-撲球  防守:接殺球-下手平球-下手挑球 |
| 8/5~8/9 | 14:00~  17:00 | 技術運用  戰術運用 | 實戰訓練、比賽戰術討論、發接發訓練 |
| 8/12~8/16 | 14:00~  17:00 | 技術運用  戰術運用 | 實戰訓練、比賽戰術討論、發接發訓練 |