

教育部體育署 114 年補助運動科學團隊輔助基層選手實施計畫

學生棒球運動員肌力表現檢測與訓練實務

- 一、講座日期：114 年 6 月 13 日(五)
- 二、講座時間：上午 9:00-12:40
- 三、講座地點：南臺科技大學 N 棟 506 教室、優活館健身房
- 四、參加對象：各級棒球教練、學生棒球運動員(國中、高中職、大專)。上限 30 位，以報名順序錄取。
- 五、活動需知：1.參與講座者，可報名檢測，以取得肌力表現報告。檢測人數上限 15 名，以報名先後順序錄取。2.全程參與核發參加證明。
- 六、報名方式：即日起至 6 月 10 日(二)止，填寫 Google 表單完成報名。錄取將以 Email 通知。表單連結：<https://forms.gle/PmcuzVVbKCKjz7dN6>
- 七、活動議程

時間	內容	講師
8:45~9:00	報到 (N506 教室)	
9:00~10:30	學生棒球運動員肌力表現檢測實作 (N506 教室)	王重凱講師
10:30~10:50	中場休息	
10:50~12:40	學生棒球運動員肌力訓練實務 (優活館健身房)	陳勁甫講師
12:40	賦歸	

