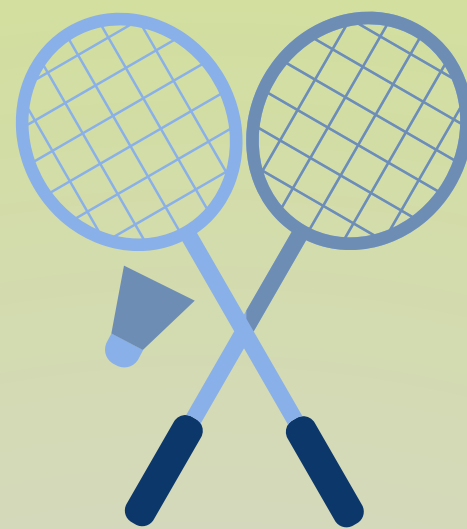




專項羽毛球營



第一梯次: [1/26~1/30共5日](#)

第二梯次: [2/02~2/06共5日](#)

第三梯次: [2/09~2/13共5日](#)

營隊地點:

頡承-
彰南國民運動中心

建議年齡:

國小組7-12歲
國高中組13-18歲

電話:04-8330500

分機:101



官方LINE

課程內容依實際上課情況進行調整

| 時間 | 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 週五 |
|-------------|------------------------------|----|----|----|-----|
| 08:00-09:00 | 報到與熱身 | | | | 總複習 |
| 09:00-10:00 | ● 動作技術教學 基本腳步\發力訓練\協調敏捷訓練 | | | | |
| 10:00-12:00 | ● 球路訓練 後場高遠球\平飛球\網前輕技術 | | | | |
| 12:00-14:00 | 用餐與午休 | | | | 比賽日 |
| 14:00-15:00 | 球感熱身與體能訓練 | | | | |
| 15:00-16:40 | ● 綜合訓練 四角球訓練\後場擊球上網\左右平抽 | | | | |
| 16:40-17:00 | 複習課程與收操 | | | | 結業式 |



專項籃球營



第一梯次: [1/26~1/30共5日](#)

第二梯次: [2/02~2/06共5日](#)

營隊地點:

頤承-
彰南國民運動中心

建議年齡:

國小組7-12歲
國高中組13-18歲

電話:04-8330500

分機:101



官方LINE

課程內容依實際上課情況進行調整

| 時間 | 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 週五 |
|-------------|-----------------------------|------------|-----------|-----------|-----|
| 08:00-09:00 | 報到與熱身 | | | | 總複習 |
| 09:00-10:00 | ● 基本動作技術教學 個人基本動作評估與強化訓練 | | | | |
| 10:00-12:00 | ● 主題課程 後衛\前峰\中鋒位置模擬訓練 | | | | |
| 12:00-14:00 | 用餐與午休 | | | | 比賽日 |
| 14:00-15:00 | 球感熱身與體能訓練 | | | | |
| 15:00-16:40 | 團體課程 | | | | |
| | 熟悉場地 規則 | 戰術 演練執行 | 趣味 團體賽 | 技術 團體賽 | |
| 16:40-17:00 | 複習課程與收操 | | | | 結業式 |



全能運動營

第一梯次:

2/02~2/06共5日

第二梯次:

2/09~2/13共5日



營隊地點:

頤承-
彰南國民運動中心

建議年齡:

國小組7-12歲
國高中組13-18歲

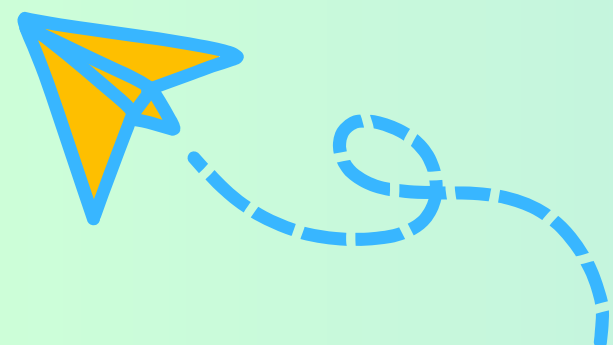
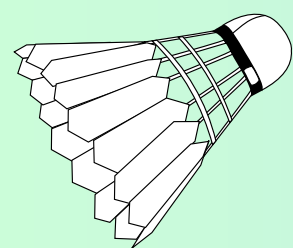
電話:04-8330500





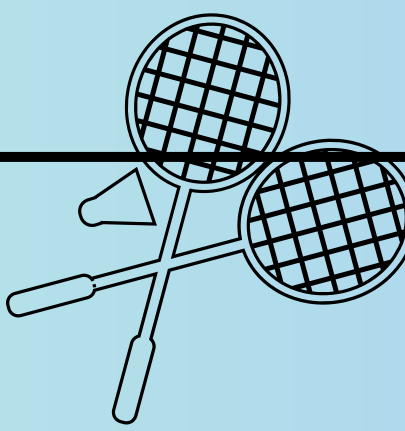


分機:101



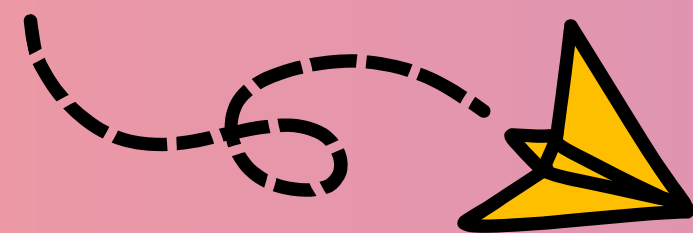
官方LINE

課程內容依實際上課情況進行調整



| 時間 | 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 週五 |
|-------------|---|----|----|----|----|
| 08:00-09:00 | 報到與熱身  | | | | |
| 09:00-10:30 | 熱血籃球  | | | | |
| 10:30-12:00 | 流行舞蹈  | | | | |
| 12:00-14:00 | 用餐與午休  | | | | |
| 14:00-15:30 | 衝鋒羽球  | | | | |
| 15:30-16:40 | 活力足球  | | | | |
| 16:40-17:00 | 複習課程與收操  | | | | |





2026 冬日營



營隊地點：

頤承-
彰南國民運動中心

建議年齡：

國小組7-12歲
國高中組13-18歲

課程皆20人滿班

~課程報名~

電話:04-8330500

分機:101



官方LINE

課程內容依實際上課情況進行調整

| 課程 | 籃球/羽球專項 | 全能綜合營 |
|------|--|--------------|
| 原價 | \$ 8 5 0 0 元 | \$ 8 0 0 0 元 |
| 早鳥優惠 |  \$ 7 6 5 0  | \$ 7 2 0 0 元 |
| 晚鳥優惠 | \$ 8 0 7 5 元 | \$ 7 6 0 0 元 |

▶▶ 營隊報名費含贈品.保險及午餐

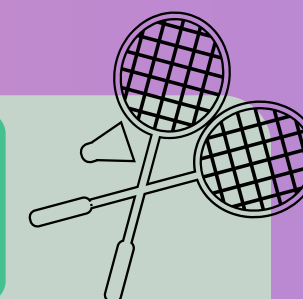
專項籃球營



115/1/26~1/30

115/1/02~2/06

專項羽球營



115/1/26~1/30

115/2/02~2/06

115/2/09~2/13

全能運動營

115/2/02~2/06

115/2/09~2/13

