

報名前請先詳閱 ※報名即同意以下規定

退費、轉班相關規定

- 報名後因故不克參加，請持證明文件(疾病、傷故:醫生診斷證明)與發票正本，至一樓服務台辦理退費手續。
- 報名人數未達開班人數時，本中心將另行通知，並全額退款。
- 報名後至開班日前八日辦理退費(不含當日)，退還實際所繳學費之90%。開課日前七日至前一日(不含當日)，退還實際所繳學費之80%。
- 轉班(限於未額滿的班)請於原定開課日前(不含當日)持發票、上課證正本至報名櫃台辦理，逾期恕不受理，轉班限辦理乙次。
- 刷卡繳費者，請攜帶原繳費之信用卡、簽單存根聯、發票至櫃檯辦理。
- 本中心保留併梯及開辦與否之權利，本辦法若有不足之處，依照本中心運動研習課程相關規定辦理。
- 未開班將於前兩日(含當日)下午16點前以簡訊通知，已開班則不另通知。

注意事項

- 如簡章內容有誤，以本中心櫃台、官網公告為主，遇特殊情形時，本中心得視需要調整課程及場地，敬請配合。
- 各營隊為團體課程，因故未能到課者不予補課；各營隊活動均謝絕旁聽，以免影響上課秩序。
- 報到時請攜帶繳費證明單，並妥善保管，切勿遺失，以利查驗。
- 請自備毛巾、水壺、健保卡，活動期間內請穿著運動服裝、運動鞋，並自行保管個人物品。
- 開課後，恕無折扣優惠；插班以原價扣除以開課之堂數，恕無享有其它折扣優惠。
- 逢天災(颱風、地震、豪雨)依照桃園市政府公告停課與否，本中心不另行通知。

網路刷卡退費說明

- 需於現場一樓櫃台辦理退費，網路不接受退費。
- 退費請持發票，至運動中心一樓櫃台辦理(20:15-20:30為系統自動關帳時間暫時不受理退費)，退費規則詳見官網或簡章。
- 發票開立統編者，退費請持當期發票及發票章，親至中心櫃台填寫折讓單始可辦理退費。(費用自動退回原信用卡)



☎ 03-495-1930

📍 桃園市中壢區三光路350號



運動家優惠

8折

85折

95折

早鳥優惠
11/07-11/15

趕車優惠
11/16-11/30

舊生優惠
12/1起至開課前

組隊探險優惠

9折

85折

兩人同行或一人
報名兩項營隊

四人同行或一人
報名四項營隊

※以上優惠部分課程不適用

※12/1起至開課前 ※不限定同課程

課程代碼 M-20

集合啦 無人島冒險家 2021冬令特別訓練任務 限定特色過夜營隊

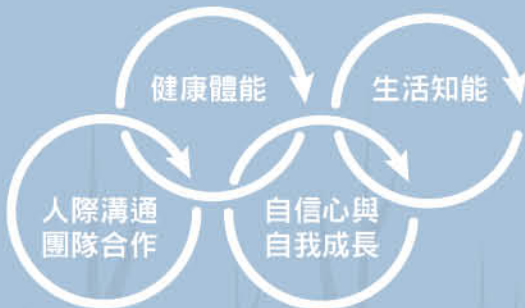
📍 中壢運動中心 桃園市中壢區三光路350號

👤 小三至小六

📅 2/06-2/07 | 💰 3,500

1/15前單人報名 | 💰 3,399 兩人同行 | 💰 2,999 / 人

本營隊由桃園、中壢、南平運動中心聯合開發，課目標主要是希望透過各種「實際體驗」的課程設計方式達到4大主軸理念



龐達的挑戰信

大家好龐達又來囉！
2020年夏天許多小朋友與無人島島主龐達一同挑戰過各種難關並度過充實的無人島生活後...
龐達為了迎接新的下一次的探險，這次龐達將化身「天使」教官帶領冒險家們一同到交通四通八達、老樹、新街、由南向北縱貫形成兩大河谷的中壢來進行為期 **2天1夜** 一連串的訓練。這次又有什麼樣的挑戰等著冒險家們呢？等妳一起來挑戰。

PANDA

健康體能

活動中透過地方特色設計體能活動，讓孩子們鍛鍊中亦能感受到樂趣(本次結合攀樹、捷兔、定向解謎等課程設計)

人際溝通

課程中將進行分組，小組成員間就像生命共同體一般必須彼此相互溝通合作才能順利完成任務目標

生活知能

課程中融入地圖判讀、料理、人文、露營等生活知能，讓孩子們從活動中學習到日常生活中用的到的技能

成長學習

搭配充滿適當挑戰性的各種任務與許多須自己解決的生活問題讓孩子們能夠培養自信與自我成長

2/6

2/7

上午	冒險家集結 集合時間 9:00AM	拂曉出擊 盥洗、晨操
	龐達歡迎你 認識環境、活動說明	活力早餐
	冒險家試煉 體能活動、體能測試	空間認知培養訓練 定向解謎(地圖判別) 埋鍋造飯 簡易料理製作教學
中午	午餐 / 休息	午餐 / 休息
下午	強棒出擊 基礎棒球教學(樂樂棒球) 實戰打擊(大魯閣棒球打擊場)	Adventure Education 戶外冒險教育課程
	千里行軍 捷兔體驗、認識動植物	結業同樂會 頒發結業證書
	福龐達的美食快遞 中壢夜市食字路口	
晚上	夜鷹行動-夜間訓練任務 搶救人質大作戰	賦歸 營隊結束(家長接回時間) 5:30PM
	盥洗睡覺	

探險前的說明

- 營隊課表供參考，屆時將視天候及現場狀況微調
- 本營隊為過夜營隊住宿地點為中壢運動中心並由主辦單位供應睡袋
- 報名時請完整填寫報名者之姓名、身分證、出生年月日等基本資料俾利辦理保險事宜
- 活動費用包含餐、保險等活動所需費用
- 凡患有心臟病、氣喘、高血壓、糖尿病或其他慢性病不適合參加活動者請勿報名，如有違規發生事故應自行負責
- 請自行攜帶盥洗用具、水壺、健保卡、換洗衣物及其他所需之個人物品
- 活動前將另發行前說明，洽詢電話：

桃園國民運動中心 03-339-5877

中壢國民運動中心 03-495-1930

南平運動中心 03-358-1587

以上規定若有未盡事宜，主辦單位保有調整及變更之權利

去年成果影片線上看
(請掃QR CODE)





以下幼兒單項營隊適合 3- 6 歲

幼兒籃球營

師生比 1:10

1/21-1/22 | \$ 1,400

MP01 09:00-10:30
MP02 10:30-12:00
MP03 13:30-15:00

1/25-1/29 | \$ 3,300

MP04 09:00-10:30
MP05 10:30-12:00
MP06 13:30-15:00

2/01-2/05 | \$ 3,300

MP07 09:00-10:30
MP08 10:30-12:00
MP09 13:30-15:00

2/08-2/10 | \$ 2,100

MP10 09:00-10:30
MP11 10:30-12:00
MP12 13:30-15:00



兒童羽球營

小一至小六

師生比 1:10

1/21-1/22 | \$ 1,100

MG01 09:00-10:30
MG02 10:30-12:00
MG03 13:30-15:00

1/25-1/29 | \$ 2,600

MG04 09:00-10:30
MG05 10:30-12:00
MG06 13:30-15:00

2/01-2/05 | \$ 2,600

MG07 09:00-10:30
MG08 10:30-12:00
MG09 13:30-15:00

2/08-2/10 | \$ 1,600

MG10 09:00-10:30
MG11 10:30-12:00
MG12 13:30-15:00



幼兒足球營

師生比 1:10

1/25-1/29 | \$ 2,600

MK01 09:00-10:30

2/01-2/05 | \$ 2,600

MK02 09:00-10:30



BEST專業羽球隊 授課

2011-2012 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 策劃執行團隊、羽球專項師資培訓
2012-2017 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 羽球專項營隊及研習課程
2012-2017 信義、文山、蘆洲、永和運動中心合作 公司行號羽球專項課程策劃執行團隊
2012-2017 各中心、公司行號、銀行機構 羽球專項賽會執行團隊
2017-2018 桃園、中壢運動中心合作 羽球專項營隊及研習課程

幼兒直排輪營

師生比 1:5

1/25-1/29 | \$ 2,200

MA01 10:30-11:30

2/01-2/05 | \$ 2,200

MA02 10:30-11:30



幼兒 Zumba

師生比 1:12

1/21-1/22 | \$ 550

MX01 09:00-10:00
MX02 14:00-15:00

1/25-1/29 | \$ 1,250

MX03 09:00-10:00
MX04 14:00-15:00

2/01-2/05 | \$ 1,250

MX05 09:00-10:00
MX06 14:00-15:00

2/08-2/10 | \$ 800

MX07 09:00-10:00
MX08 14:00-15:00

幼兒律動

師生比 1:12

1/21-1/22 | \$ 550

MJ01 11:00-12:00
MJ02 14:00-15:00

1/25-1/29 | \$ 1,250

MJ03 11:00-12:00
MJ04 14:00-15:00

幼兒芭蕾

師生比 1:12

1/21-1/22 | \$ 550

MW01 13:00-14:00
MW02 15:00-16:00

1/25-1/29 | \$ 1,250

MW03 13:00-14:00
MW04 15:00-16:00



兒童桌球營

小一至小六

師生比 1:8

1/21-1/22 | \$ 1,000

MZ01 09:00-10:30
MZ02 10:30-12:00
MZ03 13:30-15:00

1/25-1/29 | \$ 2,500

MZ04 09:00-10:30
MZ05 10:30-12:00
MZ06 13:30-15:00

2/01-2/05 | \$ 2,500

MZ07 09:00-10:30
MZ08 10:30-12:00
MZ09 13:30-15:00

2/08-2/10 | \$ 1,500

MZ10 09:00-10:30
MZ11 10:30-12:00
MZ12 13:30-15:00



精緻小班的方式提升課程品質，基礎練習外，以遊戲式教學，練習團隊菁英也能在其中培養興趣。

兒童足球營

小一至小六

師生比 1:12

1/25-1/29 | \$2,500

MN01 10:30-12:00

MN02 13:30-15:00

2/01-2/05 | \$2,500

MN03 10:30-12:00

MN04 13:30-15:00

Mars足球訓練營
專業師資授課

讓學員擁有戰士般擁有堅強的生命力和永不放棄的精神，只要我們先撒下種子，就可以看到Mars足球為小小足球員引領的不可限量的未來。

兒童攀岩營

\$2,000

小一至小六

師生比 1:10

1/25-1/27

MR01 09:00-10:30

MR02 10:30-12:00

MR03 13:30-15:00

2/01-2/03

MR04 09:00-10:30

MR05 10:30-12:00

MR06 13:30-15:00

2/08-2/10

MR07 09:00-10:30

MR08 10:30-12:00

MR09 13:30-15:00

水中蛟龍營

小一至小六

師生比 1:10

1/25-1/29 | \$1,800

MS01 13:00-14:00

兒童流行舞蹈

小一至小六

師生比 1:16

1/25-1/29 | \$1,000

MV01 09:00-10:00

MV02 11:00-12:00

2/01-2/05 | \$1,000

MV03 09:00-10:00

MV04 11:00-12:00

透過快樂的音樂教學舞蹈，讓孩子愛上音樂、愛上舞蹈，更重要的是愛上學習，量身打造提供專業優質課程，利用兒童街舞開啟孩子潛能。

兒童直排輪營

小一至小三

師生比 1:10

1/25-1/29 | \$2,000

MB01 13:30-15:00

2/01-2/05 | \$2,000

MB02 13:30-15:00

桃園特直排輪學校
專業師資授課

●可自備直排輪及護具 ●可提供租借，費用為200元/堂
●直排輪全套費用原價4200元，學友優惠價3700元
該筆費用於第一堂上課時繳交現金給教練（含直排輪鞋、護具、護帽、背包）

手作發明家

\$1,500 含材料費

小一至小六

師生比 1:10 | 此課程會併班授課

1/25-1/27

水火箭 / 火山爆發

MT01 13:30-15:00

2/01-2/03

水火箭 / 天氣瓶

MT02 13:30-15:00

2/08-2/10

紙的藝術

MT03 13:30-15:00

樂高積木營

小一至小六 此課程價格皆含材料費

1/21-1/22 | \$1,200

MF01 13:30-16:00

1/25-1/29 | \$2,400

MF02 13:30-16:00

2/01-1/05 | \$2,400

MF03 13:30-16:00

2/08-2/10 | \$1,800

MF04 13:30-16:00

神盾勇士籃球營

國高中生

師生比 1:10

1/25-1/29 | \$5,400

MD01 13:30-16:00

2/01-2/05 | \$5,400

MD02 13:30-16:00

早鳥優惠

85折

11/07-11/15

趕車優惠

9折

11/16-11/30

舊生優惠

95折

12/01-12/31

2人同行/一人報2項

95折

12/1至開課前

4人同行/一人報4項

9折

12/1至開課前

Aegis challenging Basketball Training Camp

綠色神盾艦隊即將駛入中壢！尋「寶」上艦，在訓練「HBL星星」的甲板上特訓未來之星！It's you！由松山高中體系教練團，將帶領學員進入最專業的訓練環境。松山高中籃球隊是高中籃球聯賽(HBL)男子組最具戰力的球隊，曾拿下六座HBL冠軍，以超強的防守著名，素有綠色神盾的美名，其特殊的訓練系統，希望可以啟發學員們的籃球潛力，建立孩子的優良品行，讓學員們成為下一個奇蹟世代。

全日營

小一至小六



全方位歷險王

本營隊針對國小學童設計課程，運用各類運動項目特性，規劃出樂趣化教學方式，讓孩子們在全日營隊裡，動中學習，樂在其中，並期望啟發兒童多元智能，成為全方位歷險王！



備註：●請自備運動服裝、運動鞋、健保卡、水壺、環保筷、湯匙、外套、運動毛巾、運動後換洗衣物、泳裝、泳帽、蛙鏡。●報名後，歡迎加入【桃園市中壢國民運動中心】粉絲團，活動照片、影片不定時上傳。●戶外教學地點將安排桃園博(文)物館、政府機構、觀光景點參觀導覽，將提前發給行前通知。●課表因場地需求及課程狀況調整，以實際上課地點為準。

M01 1/21-1/22 | \$2,800

	THU (1/21)	FRI (1/22)
0900-0920	集合時間	
0930-1020	自我探索	團隊合作
1030-1200	桌球	豆豆拼貼
1200-1320	午餐及休息	
1330-1500	夢想火箭號 紙模型	彩繪 夢想號
1510-1530	休息	
1530-1700	足球	籃球
1700-1730	平安賦歸	

M02 1/25-1/29 | \$6,500

	MON	TUE	WED	THU	FRI
0900-0920	集合時間				
0930-1020	自我探索	團隊合作	探索教育	戶外教學	體能挑戰
1030-1200	飛盤	豆豆拼貼	游泳		定向探索
1200-1320	午餐及休息				午餐及休息
1330-1500	知識小學堂	水火箭	1/27 火山爆發 2/3 天氣瓶		小小偵探
1510-1530	休息				休息
1530-1700	足球	羽球	籃球		結業式
1700-1730	平安賦歸				

M03 2/01-2/05 | \$6,500

M04 2/08-2/10 | \$3,800

	MON (2/8)	TUE (2/9)	WED (2/10)
0900-0920	集合時間		
0930-1020	自我探索	團隊合作	探索教育
1030-1200	桌球	豆豆拼貼	游泳
1200-1320	午餐及休息		
1330-1500	空間知識 大解密	大象 紙模型	彩繪 幸運象
1510-1530	休息		
1530-1700	足球	羽球	籃球
1700-1730	平安賦歸		



極限挑戰營



	MON	TUE	WED	THU	FRI
0900-0920	集合時間				
0930-1020	自我探索	團隊合作	探索教育	體能教育	體能訓練王
1030-1200	籃球				
1200-1320	午餐及休息				
1330-1500	足球				
1510-1530	休息				
1530-1700	羽球				
1700-1730	平安賦歸				

M05 1/21-1/22 THU-FRI | \$2,800

M06 1/25-1/29 MON-FRI | \$6,500

M07 2/01-2/05 MON-FRI | \$6,500

M08 2/08-2/10 MON-WED | \$3,800



以下為諾亞教育團隊 專業師資授課

海洋魔術師 科學實驗班

M09 1/21-1/22 | \$2,800

附實驗成品×4 學習歷程×1 結業證書×1

	MON	TUE
0930-1030	破冰時間	航海大師
1030-1200	彩虹藥水實驗	海神壓力槍實驗
1200-1330	午餐與午休	
1330-1430	海洋趣味團康	棋藝海龍王
1430-1600	炫彩史萊姆實驗	強力水龍捲實驗
1600-1700	海洋祕法術	科學考古家
1700-1730	反思與回顧	

居禮的學徒 化學研究班

M10 1/25-1/29 | \$6,500

附小實驗成品×4 模型×1 學習歷程×1 結業證書×1

	MON	TUE	WED	THU	FRI
0930-1030	破冰時間	化學大師	學徒動起來	化學大師	我是藝術家
1030-1200	何謂化學？	冰雪世界	飄香小皂	奇幻噴泉	手留千古 1
1200-1330	午餐與午休				
1330-1430	化學趣味團康	魔化棋手	化學趣味團康	魔化棋手	學徒動起來
1430-1600	神奇變色紙	泡泡狂想曲	無字天書	化學珊瑚	手留千古 2
1600-1700	神秘幻化師	科學考古家	電電動起來	化學考古家	結訓典禮
1700-1730	反思與回顧				



特斯拉歷險 電力科學班

M12 2/08-2/10 | \$4,000

附小實驗成品×4 主題電動車成品×1 學習歷程×1 結業證書×1

	MON	TUE	WED
0930-1030	破冰時間	我是藝術家	發電大師
1030-1200	初見特斯拉實驗	磁轉小花實驗	主題電動車 1
1200-1330	午餐與午休		
1330-1430	電力趣味團康	電電動起來	閃電棋王
1430-1600	磁力風車實驗	閃光發電機	主題電動車 2
1600-1700	雷霆魔術師	電力趣味團康	科學考古家
1700-1730	反思與回顧		

微觀大冒險 生物探索班

M11 2/01-2/05 | \$6,500

附小實驗成品×3 小型顯微鏡×1 學習歷程×1 結業證書×1

	MON	TUE	WED	THU	FRI
0930-1030	破冰時間	醫師時間	物種動起來	醫師時間	我是藝術家
1030-1200	什麼是 DNA?	初見細胞	認識誰是誰	小壞蛋分不清	病菌防護網
1200-1330	午餐與午休				
1330-1430	生物趣味團康	神棋物種	生物趣味團康	神棋物種	物種動起來
1430-1600	觀察小學徒	靈魂畫手	再見細胞	健康我來顧	病菌遠離我
1600-1700	大魔術師	生物探索家	我是藝術家	生物探索家	結訓典禮
1700-1730	反思與回顧				

