



臺北市青少年發展處

106年度「世大運運動操-校園SH150推廣」活動簡章

壹、活動目的：

配合本市主辦2017臺北世界大學運動會，希透過世大運運動操-SH150推廣篇教學，強化市民之運動習慣，藉以舒緩忙碌的生活壓力，進而讓臺北成為以運動為生活風格的健康城市。

貳、主辦單位：臺北市青少年發展處

參、活動地點：臺北市青少年發展處4樓舞蹈教室/1樓大廳(臺北市仁愛路一段17號)

肆、活動時間：

第一場：4月08日(六)上午10:00至上午12:00

第二場：4月22日(六)下午2:30至下午4:30

第三場：5月13日(六)上午10:00至上午12:00

第四場：5月27日(六)下午2:30至下午4:30

伍、參加對象：青少年及一般市民(年齡不限)。

陸、招收名額：每梯次12-40人，備取10人(不足12人不開辦)。

柒、授課講師：SH150運動操推廣師資群。

捌、活動內容：

場次	日期	時間	課程內容/地點
第一場	4月08日(六)	10:00~12:00	世大運運動操/1樓大廳
第二場	4月22日(六)	14:30~16:30	世大運運動操/4樓舞蹈教室
第三場	5月13日(六)	10:00~12:00	世大運運動操/1樓大廳
第四場	5月27日(六)	14:30~16:30	世大運運動操/4樓舞蹈教室

玖、報名方式：106年3月15日(三)10:00起至106年5月21日(日)止，**免費**開放30名以網路報名，分梯次依序報名額滿為止(本處官網網址

<http://www.tcyd.gov.taipei/>)；另保留10名供現場民眾報名參加。

壹拾、注意事項：

- 一、 本活動為運動操推廣教學，民眾若患有心臟病、高血壓、癲癇或氣喘等不適合本活動之疾病，請自行評估是否參與本項活動。
- 二、 參加者請著運動服裝、運動鞋，準備水壺(本處備有飲水機)、擦汗毛巾、一套備用衣物。
- 三、 若因招生不足導致無法開辦，將於本處官網公告通知。若開辦後遇不可抗力之天災，將遵循臺北市政府之放假公告，當日活動將予以取消。
- 四、 洽詢電話:(02)23514078分機1721王小姐。

【本處交通位置】

•捷運：

臺大醫院站2號出口，步行約12分鐘；
善導寺站3號出口，步行約10分鐘。

•公車：仁愛林森路口站

林森南路：671、208、22、15、295。
仁愛路1段：245、261、263、270、630、651、37、621

•YouBike：自善導寺捷運站、東門捷運站、中正紀念堂捷運站、台大醫院捷運站騎YouBike至本處正門(仁愛林森路口站)。

