

『2020 扯鈴冬令營』簡章

一、**招生對象**：國小一～六年級學生

二、**主辦單位**：花蓮縣明義國民小學

三、**教學師資**：鄭子建 老師

四、**上課地點**：花蓮縣花蓮市明義國民小學

五、**報名時間**：即日起至該梯次開課前一週，每梯次最多 15 人，額滿為止

六、**報名方式**：將報名資料 E-mail 至 gogogo9898@hotmail.com.tw

或是連結上方 QR Code 填寫 Google 表單

亦可來電報名，0988506556 鄭子建老師

方便的話請搜尋手機號碼加我的 line，會再將您加入課程群組

七、**上課時間**：上午場：2月3日～2月7日 上午 10:00～12:00

下午場：2月3日～2月7日 下午 13:00～15:00

八、**報名費用**：每人每梯 800 元整 ▲報名費用於當天現場繳交▲

(學費不含扯鈴，建議使用培鈴扯鈴，如有需要可向教練購買，用具上有問題歡迎來電)

九、**上課內容**：

- 1、個人招式練習（進度依實際狀況而定）
- 2、雙人招式練習（互拋、兩人兩鈴、拋鈴換位等）
- 3、團體招式練習（長繩、一線傳鈴、一道彩虹等）
- 4、扯鈴遊戲（拋鈴接龍、扯鈴排球、雜耍道具）
- 5、其他民俗雜技介紹（火球舞、陀螺）

十、**注意事項**：

- 1、若招生人數不滿 6 人，另行通知不開課。
- 2、請穿著簡便運動服、運動鞋(勿著拖鞋、涼鞋)，請準備飲用水、毛巾等。
- 3、學生上下課，請由家長自行接送。
- 4、若需購買扯鈴則另收 500 元。(功群歐式培鈴一組含木棍)



學校			
班級	年 班	姓名	
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	聯絡電話	
扯鈴程度	<input type="checkbox"/> 初學 <input type="checkbox"/> 會十招以上 <input type="checkbox"/> 繞腳三十下 <input type="checkbox"/> 雙鈴或直立鈴		
訂購扯鈴	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是，我要訂購		
梯次	<input type="checkbox"/> 上午場 <input type="checkbox"/> 下午場		