

南投縣 106 年度網球學習施辦法

- 一、宗旨：為提倡暑期正當休閒活動，學習網球技能，養成運動習慣，增進身心健康暨推展全民運動。
- 二、主辦單位：南投縣體育會網球委員會。
- 三、參加對象：南崗工業區各公司員工或眷屬。
- 四、活動地點：南投縣立網球場（南投市南崗一路 300 號）。
- 五、活動內容：認識網球運動、網球禮儀、技術學習、分組比賽。
- 六、活動辦法：主要以團體開班，分為初級班——不曾學過網球或初學的學員
階段班——至少已經學會正手拍
一期 10 天，人數不足 3 位，則不開班(另行通知)。
每週二、四、六、日每週自選 2 天，每班 3~5 人
每班達 3 的倍數增加一班
▲共分為 2 個時段□晚上 7:00~8:00□晚上 8:00~9:00
由每期學員自行勾選時段，每次練習 1 小時
- 七、師資：專任教練——南投縣網球委員會訓練組教練
- 八、報名：<一>報名地點：南投市建國路 137 號
南投高中體育組簡敬倫收 0937210016
<二>報名時間及費用：自即日起，每期每時段班每人 200 元
- 九、附則：
- (一)學員請衡量自我身體狀況，若有不適於從事本項運動者，請勿參加。
- (二)請學員著輕便運動服及運動鞋。球拍自備或網球委員會提供
- (三)請於活動始日提早十分鐘至網球場熱身。

南投縣 106 年度網球學習報名表

公司名稱		連絡電話	
姓 名		手 機	
姓 名		手 機	
姓 名		手 機	
姓 名		手 機	
姓 名		手 機	
姓 名		手 機	
參 加 組 別 日 期 時 段 球 拍	*上課期別：請在□內勾選班別、時段及 2 個上課日期。 班別：□初級班 □階段班 時間：□晚上 7:00~8:00 □晚上 8:00~9:00 每週天數：□每週二 □每週四 □每週五 □每週六 □每週日 ※每期報名人數不足 3 位，則不開班(另行通知) □自備球拍□網球委員會提供球拍		

** 自願參加同意書： 本人自願參加本活動且未患精神、心血管、肌肉、骨骼、神經、呼吸系統…等等任何不適該運動者；如因前者導致身體不適，概由本人自行負責。

*立據人：_____ 年 月 日(請以正楷字體書寫本表)

