

## 桃園市 112 年水域運動推廣-獨木舟系列體驗營活動

### 一、目的：

1. 積極推廣本市划船運動，促進獨木舟運動人口數增加及全民化，體驗獨木舟趣味性。
2. 學習水域安全知識及救生基本觀念。

### 二、指導單位：桃園市政府教育局。

### 三、主辦單位：桃園市大溪區百吉國民小學。

### 四、協辦單位：桃園市體育總會划船委員會&桃園市水上運動推廣協會。

### 五、活動地點：石門水庫阿姆坪水域&阿姆坪水上運動訓練中心。

### 六、活動日期：112 年 9 月 2、3、6、9、13、20 日(共 6 天)

活動時間：上午 7 時 30 分至下午 17 時 30 分。

\***視水情&水庫水位**做滾動式修正相關調整時間會在百吉國小網站公告。

\*本活動不收費。

### 七、辦理方式：(含活動特色及執行方式)

時間	地點 石門水庫阿姆坪生態公園 112 年 9 月 2、3、6、9、13、20 日(共 6 天)	活動地點
<b>第一梯</b>		
07:30~08:00	學員報到	阿姆坪生態公園
08:10~09:10	救溺五步、防溺十招及水域安全知識 獨木舟及 SUP 運動介紹	阿姆坪生態公園
09:20~10:20	獨木舟及 SUP 水上體驗	石門水庫阿姆坪水域
<b>第二梯</b>		
09:30~10:00	學員報到	阿姆坪生態公園
10:10~11:10	救溺五步、防溺十招及水域安全知識 獨木舟及 SUP 運動介紹	阿姆坪生態公園
11:15~12:15	獨木舟及 SUP 水上體驗	石門水庫阿姆坪水域
<b>第三梯</b>		
12:30~13:00	學員報到	阿姆坪生態公園
13:10~14:10	救溺五步、防溺十招及水域安全知識 獨木舟及 SUP 運動介紹	阿姆坪生態公園
14:15~15:15	獨木舟及 SUP 水上體驗	石門水庫阿姆坪水域
<b>第四梯</b>		
14:00~15:00	學員報到	阿姆坪生態公園
15:10~16:10	救溺五步、防溺十招及水域安全知識 獨木舟及 SUP 運動介紹	阿姆坪生態公園
16:15~17:15	獨木舟及 SUP 水上體驗	石門水庫阿姆坪水域

### 八、參與對象、人數：

1. 凡對獨木舟有興趣之各級學校學生(國小、國中、高中及大學)
2. 凡對獨木舟有興趣之社會民眾皆可。

### 十、預計參與人數：預計 (480) 人以上。

### 十一、活動行銷宣傳方式：

1. 網路方式公告(本市教育局、各區公所、桃園新聞網 Facebook 等)
2. 本市教育局轉發公文至各級學校。

## 十二、預期成效：

1. 瞭解獨木舟運動認知及運動技能，讓社會民眾更能親近水域活動。
2. 讓參加者能說出對3種以上獨木舟運動基礎知識，更能透過水域活動學習水域救生基本觀念。
3. 學習水域安全知識及救溺五步、防溺十招基本觀念。

## 十三、報名方式：（報名表如附件一）

1. 自公告日起至112年8月25日或額滿截止。  
（團體報名時間：112年7月21日至112年8月4日）  
（個人報名時間：112年8月5日至額滿截止）
2. 團體報名：至少15人以上請填寫完報名資料(附件一)後傳送至LineID:@602vjqcb，待回覆確認後即為報名成功。
3. 個人報名：<https://reurl.cc/x7k90z> 報名表單(報名一位請填寫一張表單)
4. 服務電話：0930-797252 石教練或 E-mail:ta159357@ms.tyc.edu.tw。
5. 活動切結書(附件二)請自行下載並填寫完畢後，報到當日於報到處繳交。
6. 活動簡章及報名表，請至桃園市大溪區百吉國民小學網站活動訊息下載。



個人報名 QRCode

## 十四、注意事項：

1. 請自備更換衣物、帽子及雨具、自備水壺本次活動**暫不提供瓶裝水**。
2. 不適宜水域活動之民眾請勿報名參加。
3. 本活動如遇下雨或不可抗力事件或天災，主辦單位得視情節決定取消或擇期舉行，詳細請注意網站「桃園市大溪區百吉國民小學」公告，本會不另行通知。
4. 保險內容：

### (一)保險金額：

每一個人體傷責任	NTD3,000,000.00
每一意外事故體傷責任	NTD15,000,000.00
每一意外事故財損責任	NTD2,000,000.00
保險期間內之最高賠償金額	NTD34,000,000.00

### (二)自負額：每一事故 NTD10,000.00

5. 救護方案：備有簡易醫藥箱，如有輕傷可立即救護包紮，活動過程如遇緊急意外事故，請就近向工作人員或119通報即時救助。

十五、活動聲明：本人(或本團體)已閱讀本活動之活動計劃，並同意大會於本活動之安排，並保證本人(或本團體成員皆)身心健康，志願參加本活動。倘若於活動中發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關。本人(或本團體)於參加活動中所有影片或照片之肖像權，亦將提供主辦單位無償使用於相關之宣傳活動上。

十六、報名即表示同意「活動聲明」之內容，受託代理報名人應予轉知報名人。



報名表附件二

編號	姓名	身分證字號	出生年月日	聯絡電話
地址：				
服務單位或就讀學校				
緊急聯絡人：			緊急聯絡人 聯絡電話：	
<p><b>切 結 書</b></p> <p>本人(以下簡稱甲方)<u>參加桃園市大溪區百吉國民小學</u> (以下簡稱乙方)舉辦之<u>桃園市112年水域運動推廣-獨木舟系列體驗營活動</u>，甲方確定自己身體健康況良好，並無患有氣喘、心臟血管疾病、癲癇症或重大疾病等不適激烈運動之情形。活動期間若發生純屬因甲方健康問題而導致之意外事件，願自行負責與乙方無涉，並且不要求乙方賠償。恐口說無憑，特立此切結書，以資證明。</p> <p>此致</p> <p style="text-align: center;"><b>桃園市大溪區百吉國民小學</b></p> <p>立切結書人簽章：_____ (請親自簽名) 切結日期：____年____月____日</p>				

本表若不敷使用，請自行影印。