

105 學年度麗山國小暑期競速直排輪社團招生簡章

主旨：教導孩子正確安全從事直排輪運動，培訓基層競速直排輪選手，代表學校參加各級競速直排輪競賽，爭取更優秀成績。

上課時間：7/3~7/29 (共四週)，上午 09:00~11:50.

費用：3,200 元/人。

器材需求：需自備直排輪鞋，全套護具（護掌，護肘，護膝），安全帽。（如尚未購買者，由教練協助代購及相關建議）

訓練地點：麗山國小直排輪溜冰場。

人數：10 人/班，預計依程度招收兩班。

上課分組：

1. 競速初階班：正確使用護具，安全帽。直排輪初階技巧，前進 S 型，剎車。
2. 競速選手班：徒手體能課程，心肺功能訓練，彎道技巧，直線模擬器滑板訓練，彎道模擬器拉繩訓練，模擬競賽，比賽場地移地訓練。
3. 報名截止：6/30(五) 15:00。

4.繳費方式：6/30(五) 13:30-15:00 於麗山國小一樓視聽教室繳交回條及費用。

5.授課師資：

(1).盧東輝 教練：教育部體育署專任運動教練 (滑輪溜冰專長)，麗山國小/國中直排輪校隊教練。

(2).盧坤崙 教練：台北市體育總會滑輪溜冰協會監事主席，合格教練/裁判。

(3).臺北野馬溜冰隊教練團隊 (台北市體育總會滑輪溜冰協會註冊隊伍，合格教練/裁判)

105 學年度台北市麗山國小暑期競速直排輪社團 回條

班級：

學生姓名：

家長簽名：

聯絡電話：