

## 2025 寒假進階足球訓練營活動簡章

- 一、 招生對象：國小一～六年級學生，具備兩年球齡以上基礎。
- 二、 活動宗旨：國立體育大學為推廣兒童足球運動，特於寒假期間規劃舉辦「2025 寒假進階足球訓練營」，藉由專業訓練、快樂踢球，協助孩子們從小養成運動的好習慣，並在訓練比賽及團體生活中，強化孩子的專注力與抗壓性，培養團隊合作的精神，提升孩子自我認同及榮譽感。
- 三、 指導教練：國立體育大學聘請擁有中華足協 B 級或 C 級教練證資格者。
- 四、 訓練時間：自 2025 年 2 月 5 日(三)至 2025 年 2 月 9 日(日)，活動共 5 天 4 夜，活動時間 06:30-22:00 (全課程詳如後說明)
- 五、 報名費用：報名後收到繳費通知時再進行繳費
- 六、 訓練地點：國立體育大學足球場(333 桃園市龜山區文化一路 250 號)
- 七、 報名方式：填寫報名表單，連絡電話:(03)397-4142 或(03)328-3201 轉 8106、8111，可洽葛至畚老師、林璟雯老師。
- 八、 備註：
  1. 練球場地：晴天於學校足球場(雨天為室內綜合體育館)
  2. 本次活動費用：15,000 含三餐費用及點心、足球教練及師資課程費用、上課場地使用費、公共意外險，11/30 日前早鳥報名並繳費完成享有優惠 14,000 元。
  3. 學生人數達 40 名為開課標準，報名額滿為 100 人次。
  4. 為顧及訓練安全及場地維護，球褲、釘鞋等裝備，也請學員自行準備。
  5. 交通資訊：桃園機場捷運線已開通，可搭乘至 A7 體育大學站，步行約五分鐘可到達校門口；也可轉乘三重客運 967、603 或桃園客運 202、5065 至本校行政大樓。

## 國立體育大學 校園地圖



★Google 地圖

<https://goo.gl/maps/RE2BN7Bph6bsesiQ6>

★前往足球場集合，進國立體育大學校門後，直走到底看到湖左轉，再直行到底（看到運動場後）再右轉，右轉後，左側即是足球場，車子可以停在足球場旁，下車沿著外圍往內走，即可到達足球場入口。

## 國立體育大學 『2025 寒假足球進階訓練營』 日程表

日程表為暫定日期，會因天氣狀況與不可抗力因素，彈性調整訓練課程

時間/日期	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
07:30-08:20	家長接送時間	早餐時間			
08:30-9:50	破冰遊戲 分組時間	足球腳法應用	足躲避球練習	三角隊型訓練	數字傳導球
9:50-10:00	課間時間				
10:00-11:30	環境認識	攻擊組織	傳與停球	球員站位訓練	足球友誼賽
11:30-13:00	午餐時間				
13:00-14:00	午休時間				
14:00-15:20	足球腳法練習	站位防守組織	陣型的維持	戰術應用訓練	賽後檢討 問題導向與修正
15:20-15:30	課間時間				
15:30-17:00	小組訓練	小組訓練	小組訓練	分組競賽	頒獎、回饋單時間
17:00-19:00	晚餐及盥洗				家長接送時間
19:00-19:30	家長通話時間				
19:30-21:30	團康遊戲	球員佔位認知	影片分析	晚會	
22:00	上床睡覺				

● 開班說明：

- 一. 以上課程可能因天氣情況而調動內容。
- 二. 訓練行前通知與學校地圖，將於活動前二週 E-mail 至家長信箱。
- 三. 繳交費用包含訓練課程活動、教練鐘點費、行政管理費用、場地設備使用費及學員保險。
- 四. 報名後請加入官方 LINE 確認：@944vgftr。報名費用請於收到通知後進行匯款，以便統計報名人數。
- 五. 報名費均含公共意外責任險（保額每人新台幣 100 萬；含傷、殘及死亡），如因個人因素報名繳費後要臨時取消，須扣除作業成本只退還報名費之 8 成金額。
- 六. 請家長主動衡量孩子個人健康情形及體能狀況，如孩子患有心血管或心臟病、癲癇症、嚴重氣喘或其他不適合從事較激烈運動之傷病請勿報名參加，如隱瞞實情報名者，發生事故應自行負責。
- 七. 孩子如須配戴眼鏡（含太陽眼鏡）參與活動，請主動徵詢專業醫師及眼鏡公司意見，並配戴運動型眼鏡及安全鏡片，如配戴不合適之眼鏡或鏡片，發生事故應自行負責。
- 八. 本協會營隊教練除提供專業訓練外，還須維護團體紀律及生活管理，請家長務必要求孩子於活動期間服從營隊規定及教練指示，與團隊共同行動，嚴禁自行離隊或有違紀行為，以維護自身安全。
- 九. 國小組學員請自備 4 號足球、護脛及長襪；若需要代購足球裝備也可於報名表內勾選。
- 一〇. 各梯次活動進行中如家長有任何問題，請於當日課後直接與教練溝通，或以電話或 [camp@ntsu.edu.tw](mailto:camp@ntsu.edu.tw)
- 一一. 各梯次營隊個人缺課不能補課，遇有颱風或其他天災停課，則以各活動地點之縣市政府公告為停課標準，其他如遇特殊狀況須停課，將個別通知。



## ● 個資與肖像權聲明

1. 本活動由「國立體育大學」主辦與執行。
2. 您參加本次活動時，主辦單位將使用個人資料蒐集、處理及相片、活動肖像等，作為本次活動之活動聯繫、活動記錄, 活動公告、後續處理、聯絡及活動成果等行政事宜。
3. 主辦單位對於您提供之個人資料與照片檔案，將妥為保存，並於活動存續期間內依個人資料保護法及相關法令於上述活動時，使用個人資料。  
EX: 進行活動保險、分班分組、等。
4. 依個人資料保護法之規定，您可以隨時向主辦單位要求查詢、請求給予複本、請求補充或更正、請求停止處理、利用或刪除您的個人資料。
5. 若您不欲提供相關個人資料，將影響您參加本次活動或取得主辦單位活動參與之權益。

## 『2025 寒假足球進階訓練營』報名表

學員姓名：		性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	身高/體重：
出生日期：民國    年    月    日		身分證字號：	
目前就讀學校：            縣/市            國小		/ 就讀年級：            年級	
通訊住址：			
聯絡 E-mail：(務必填寫寄發行前通知及繳費通知用)			
家長姓名：			
學生個性、足球經驗(守備位置)：		(方便教練群快速了解孩子的情況)	
學童身體狀況：		(若有需注意之特殊情況請務必事先讓我們知道)	
如何得知本活動訊息： <input type="checkbox"/> 簡章 DM <input type="checkbox"/> 網路搜尋 <input type="checkbox"/> 親友介紹 <input type="checkbox"/> 其他：			
稱謂	姓名	服務機構/單位名稱	連絡電話
父			
母			
<b>★加購裝備項目：</b>			
學生姓名：	身高/體重：	金額小計：	
<input type="checkbox"/> 極騰護脛(一對) 350 元, S/M	<input type="checkbox"/> 極騰護膝一對 380 元, S/M	<input type="checkbox"/> TCLS 多功能球袋 250 元	
<input type="checkbox"/> 4 號 650 元 紅/橘/藍白	<input type="checkbox"/> 球襪(一雙)200 元 尺寸：藍/黑/紅/黃/白 18~21cm, 22-24cm		
			
			
促銷組合價：			
<input type="checkbox"/> A 方案：足球+足球專用襪+護脛(原價 1150 元， <b>特惠價 1000 元</b> )			
<input type="checkbox"/> B 方案：足球+足球專用襪+護脛+護膝(厚)(原價 1530 元， <b>特惠價 1380 元</b> )			
<input type="checkbox"/> C 方案：足球+足球專用襪+護脛+護膝+ TCLS 多功能網袋(原價 1780 元， <b>特惠價 1600 元</b> )			
★以上資料請填妥後傳回至國立體育大學進修推廣部 FAX：(03)397-9283 或 e-mail： <a href="mailto:camp@ntsue.edu.tw">camp@ntsue.edu.tw</a> (報名後請加官方 Line)			