

台北市私立景文中學 109 年度暑假文山區國小學童高爾夫體驗營實施計畫

一、主旨：為提學童高爾夫運動水準，落實扎根計畫工作推動，藉以增進文山區國小學童對高爾夫運動認識及地區高爾夫運動風氣，特舉辦本營隊。

二、主辦單位：臺北市私立景文中學

三、承辦單位：學務處體育組

四、活動時間：(可同時報名一至三梯次)

第一梯 109 年 7 月 20 日 (星期一) 至 7 月 22 日 (星期三)

第二梯 109 年 8 月 03 日 (星期一) 至 8 月 05 日 (星期三)

第三梯 109 年 8 月 17 日 (星期一) 至 8 月 19 日 (星期三)

五、訓練地點：景文中學、大新店高爾夫練習場、台北高爾夫球場

六、訓練費用：每梯每位學員收取 1500 元報名費(含 PGA 專業教指導、實地短桿、練習場擊球費、午餐、保險及相關行政費用)，課程費用請於「報名截止日 7/10 前」ATM 匯款或轉帳完成。

銀行名稱：中國信託銀行(822)木柵分行

帳號：178540027543

戶名：財團法人台北市私立景文高級中學

七、報名資格：

1. 文山區小學三~六年級
2. 無高球經驗，有興趣高爾夫運動者
3. 依照報名順序遞補名額

八、報名日期：即日起至 109 年 7 月 10 日(星期五)17:00 截止，逾期恕不受理。

九、報名方式：採網路報名，網址：<https://forms.gle/pzpQsYAaV4pVY16X8>

或 電話洽詢 29390310 轉 231 或加 Line 洽詢 eric1127golf

十、報名招收人數以 20 名為原則，額滿為止；未滿 15 名不予開辦。

十一、活動聯絡人：0953506957 韓老師

十二、課程內容：

台北市私立景文中學文山區國小高爾夫營課表				
時間\課程\天		第一天	第二天	第三天
上	08:20/ 09:05	第一節 教師與學員自我介紹 場地安全須知 基礎高爾夫運動認識	短桿介紹 沙坑桿介紹	高爾夫練習場 實地擊球體驗 揮桿趣味競賽
	地點		活動中心	
午	09:15/ 10:00	第二節 推桿介紹 基本動作建立	切桿基本動作建立 切桿擊球練習 切桿趣味競賽	
	地點			
午	10:10/ 10:55	第三節 果嶺規則與禮儀	一般教室	
	地點			
午	11:05/ 11:50	第四節 推桿基本動作練習 1	高爾夫球場介紹	
	地點			
午餐				
下	13:00/ 13:45	第五節 高爾夫運動欣賞 認識揮桿典範	高爾夫規則與禮儀	短推桿實地體驗 迷你推桿競賽
	地點		一般教室	
午	13:55/ 14:40	第六節 GASP 建立 輔助動作練習	推桿基本動作練習 2	
	地點			
午	14:50/ 15:35	第七節 基礎揮桿介紹 揮桿擊球練習 揮桿趣味競賽	全揮桿介紹 揮桿擊球練習 揮桿趣味競賽	
	地點			
午	15:45/ 16:30	第八節	活動中心	
	地點			

十三、本實施計畫如有未盡事宜得隨時修正公佈之。