TY 桃園 國民運動中心
Taoyuan Civil Sports Center
桃園市桃園區中山東路233號
03-339-5877

Taoyuan Sport Hero Camp

龍爭虎鬥

TAO YUAN

2024 WINTER CAMP

1.22
2.07

學齡前至國二 超滿體力無處釋放嗎？英雄訓練營精彩活動，豐富體驗，培養運動精神！

首週早鳥	英雄召集令	最後集結號	團體優惠
8折	85折	9折	88折
12/1-12/8	12/9-12/31	1/1-1/20	開課前同時臨櫃報名 2組以上

報名營隊單筆消費滿8000元 **可獲得英雄限定禮** ※上述折扣方案不含神盾勇士籃球營、寶貝營

12 /01
開放網路/現場報名

英雄快訊-本期活動快報

藝騎跳才藝-彈力跳床營、滑步車營來了!
多元項目每日滿足-全能挑戰營之飛盤爭奪戰
新踢館賽正式啟動-全能挑戰營之桃壢踢館賽
松山高中系統籃球教學-神盾籃球培訓營

桃園國民運動中心

為桃園首座綜合式運動場館，每年寒暑假皆特別為桃園市民提供兒童運動營隊活動，以運動為主軸，結合中心的不同設施，包含游泳、籃球、羽球、桌球、攀岩、舞蹈、體適能，還有特別的跑酷、射箭、蛇板、直排輪……等有趣的營隊活動，並與多方專業團隊合作，舉辦特色項目，讓家長放心、孩子開心參與。

我們特色

室內場館、不怕風吹日曬、
項目多元、一次全體驗！

我們承諾

經驗豐富、系統規劃完善、
耐心帶領、家長最安心！

如何選擇適合的營隊活動？

想讓孩子全面接觸、培養興趣
認識新朋友、適應團隊生活，安心全天活動

- 喜歡活力運動類型
  - 小二至小六 **全日挑戰營**
  - 4-7 歲幼兒 **寶貝潛能營**
- 喜歡生活科學類型
  - **伊索主題式科學營**

想針對特別運動項目、加強開發，發掘潛能

- **單項運動營**
  如籃球、羽球
  跑酷、滑步車、跳床
  蛇板、舞蹈營等
- **特別介紹**
  國中以上
  神盾籃球夏令營

單項營隊場地分配表 快速選課看這裡！

時間	籃球場	羽球場	桌球場	教室	空中走廊	攀岩場	游泳池
0800-0830		鷹眼羽球營小班制					
0830-0900	閃電足球營						水遊俠飛魚營
0900-0930			雷神桌球營				
0930-1000					直排輪營		
1000-1030	兒童籃球營	鷹眼羽球營				小小蜘蛛人攀岩營	
1030-1100			雷神桌球營				
1100-1130				舞蹈營			
1130-1200							
1200-1230							
1230-1300	射箭營 / 滑步車營						
1300-1330				跳床營		小小蜘蛛人攀岩營	
1330-1400	全日營球場課		雷神桌球營		蛇板營		
1400-1430							水遊俠飛魚營
1430-1500							
1500-1530	神盾籃球營	鷹眼羽球營					
1530-1600							
1600-1630				忍者跑酷營			
1630-1700							
1700-1730							

冬季全能挑戰營

09:00-17:00

小二至小六

多元運動全到齊!

能動能靜，最豐富的內容

讓眾英雄們達到體能巔峰!

※費用包含戶外教學、相關器材費用、保險、午餐費用

飛盤爭奪戰

M01-1 | 1/22-1/26 | 7400

全能運動會

M01-2 | 1/29-2/02 | 7400

桃壢踢館賽

M01-3 | 2/05-2/07 | 4200

M01-1 | 1/22-1/26 飛盤爭奪戰

●校外探索細項依當週校外通知單為主

	MON. 01/22	TUE. 01/23	WED. 01/24	THU. 01/25	FRI. 01/26
08:30-09:00	英雄集合				
09:00-10:20	集結破冰	耍酷街舞	臥 who 藏龍探險家	台北玩很大 台北市立動物園	表演藝術
10:30-12:00	兒童戰舞	彈力瑜珈			動腦桌遊
12:00-13:20	午餐 & 午休				
13:30-15:00	飛盤戰士	飛盤戰士	無敵神射手	台北玩很大 台北市立動物園	閃電足球
15:10-16:40	巧手氣球	桌球疾打	電影欣賞		歡樂通關
16:40-17:00	點心時間補充能量				
17:00-	明日英雄再見				

M01-2 | 1/29-2/02 全能運動會

●校外探索細項依當週校外通知單為主

	MON. 01/29	TUE. 01/30	WED. 01/31	THU. 02/01	FRI. 02/02
08:30-09:00	英雄集合				
09:00-10:20	集結破冰	耍酷街舞	臥 who 藏龍探險家	士林趴趴 GO 國立臺灣科學教育館	表演藝術
10:30-12:00	兒童戰舞	彈力瑜珈			動腦桌遊
12:00-13:20	午餐 & 午休				
13:30-15:00	歡樂棒球	灌籃高手	無敵神射手	士林趴趴 GO 國立臺灣科學教育館	鷹眼羽球
15:10-16:40	巧手氣球	有氧舞蹈	電影欣賞		歡樂通關
16:40-17:00	點心時間補充能量				
17:00-	明日英雄再見				

M01-3 | 2/05-2/07 桃壢踢館賽

	MON. 02/05	TUE. 02/06	WED. 02/07
08:30-09:00	英雄集合		
09:00-10:20	集結破冰	耍酷街舞	踢館賽 Part Ⅰ（尋寶大師）
10:30-12:00	兒童戰舞	彈力瑜珈	
12:00-13:20	午餐 & 午休		
13:30-15:00	歡樂棒球	飛盤戰士	踢館賽 Part Ⅱ（全壘打王）
15:10-16:40	表演藝術	桌球疾打	踢館賽 Part Ⅲ（射箭超人）
16:40-17:00	點心時間補充能量		
17:00-	明日英雄再見		

注意事項

1. **請英雄們著運動服裝、運動鞋，攜帶水壺、碗筷餐具、毛巾、備用衣物、備用口罩、健保卡。**
2. 如有忌口、素食或其他特殊狀況請事先告知，經中心判斷需要特別照顧者非本活動對象，請勿報名。
3. 費用包含相關器材、保險、午餐費用等。
4. 實際課程視當週規劃實施，中心保留依情況變更內容之權利。
5. 敬請配合團體課程活動，如嚴重違反規定或影響他人權益，中心可要求退訓。
6. 本營隊需事先依人數比安排所有師資及上課教材，如有缺課不退還任何費用；**恕無法補課**。

寶貝潛能營

09:00-17:00

費用包含相關器材費用、保險

幼兒園中班至小一 / 12人滿班

透過遊戲中運動，運動中遊戲，本中心特別規劃各項適合幼兒的內容，讓孩子在舒適、安全的環境下培養運動習慣，探索興趣，健康成長!
※實際課程視當日週規劃實施，中心保留依情況變更內容之權利。※如無法自主如廁、用餐或需要特別照顧者非本活動對象，請勿報名。

M16-1	1/22-1/26	7500
M16-2	1/29-2/2	7500
M16-3	2/5-2/7	4500

M16-1 / M16-2

	MON	TUE	WED	THU	FRI
08:30-09:30	寶寶集合啦 (3F 科體室)				
09:30-10:30	認識夥伴	幼兒滑步車	幼兒表演	動腦桌遊	卡波耶拉
10:45-11:45	神奇魔術	創意積木	炫亮粉彩	幼兒體適能	幼兒有氧
12:00~13:50	午餐 & 午休				
14:00-15:00	寶貝跳床	1/23 寶貝足球 1/30 寶貝籃球	寶貝羽球	14:00-16:00 幼兒跑酷	寶貝太鼓
15:20-16:20	繪畫天地	幼兒體操	電影欣賞		黑皮同樂會
16:30	點心時間補充能量				
17:00	明天再見 (17 點後 2F 社區教室接寶貝唷 ~)				

M16-3

	MON	TUE	WED
08:30-09:30	寶寶集合啦 (3F 科體室)		
09:30-10:30	認識夥伴	幼兒滑步車	幼兒表演
10:45-11:45	神奇魔術	創意積木	炫亮粉彩
12:00~13:50	午餐 & 午休		
14:00-15:00	寶貝跳床	寶貝籃球	寶貝羽球
15:20-16:20	繪畫天地	卡波耶拉	黑皮同樂會
16:30	點心時間補充能量		
17:00	明天再見 (17 點後 2F 社區教室接寶貝唷 ~)		

小朱老師 |
卡波耶拉Capoeira:訓練小朋友的節奏感、肢體協調性並開發小朋友身體運用潛能。

新學創意 |
民國92年成立，致力於推廣幼兒體能教學與幼兒音樂教學工作，律動打擊、太鼓、體適能

寶貝專屬折扣。

85 折	88 折	92 折	9 折
12/1-12/8	12/9-12/31	1/1-1/20	臨櫃報名 一次報 2 梯以上

108課綱+統整能力+知識手冊+實作實驗= 最完整的STREAM教育!

伊索教育 主題式科學營

09:00-17:00 小一至小六

e-sol. 伊索教育

伊索教育的教學共識，是秉持著適性發展的原則；讓每個來到伊索的孩子，可以藉由淺顯易懂的方式漫步在知識的世界中發揚這些蘊含在小知識中的大道理，自在地活成獨特的自己！

小小職涯冒險王		
M12-1	1/22-1/26	7400
氣候探測任務		
M12-2	1/29-2/2	7200
大力士牛頓		
M12-3	2/5-2/7	4500

小小職涯冒險王

職業介紹33種、職業小活動8堂、課程成品9件、108課綱8堂、結業證書x1

	MON. 01/22	TUE. 01/23	WED. 01/24	THU. 01/25	FRI. 01/26
09:00-10:00	團隊齊聚	初見職業奧祕	職業奧祕心智圖	職業奧祕展覽	皇家芭蕾舞
10:00-11:30	職業萬花筒 (職業分類)	刑警出任務 (認識公務員)	流體熊彩繪家 (藝術型職業)	理財分析師 (認識金融業)	飛行員挑戰 (高風險職業)
11:40-12:00	認識眼睛構造	護眼操練習	眼球肌肉訓練	視力對抗賽一	視力對抗賽二
12:00-13:20	午餐與午休				
13:30-15:00	快樂小農夫 (農林漁牧)	機械研究員 (研究型職業)	小小建築師 (建築工程業)	F1 賽車手 (競賽型職業)	職場小達人 (公司常見職位)
15:00-16:30	夢幻設計師	神氣偵探	房地產專員	趣味急診室	統整與結訓
16:40-17:00	反思與回顧				

課程特色 | ❶.職業體驗：透過情境體驗，了解各行各業的意義與價值。❷.自我探索：帶領學生探索自我，規劃自己的夢想職涯。❸.素養教育：結合教育部108課綱，實踐素養教育。

氣候探測任務

實驗成品11件、氣象科學13堂、國中地科8堂、108課綱13堂、結業證書x1

	MON. 01/29	TUE. 01/30	WED. 01/31	THU. 02/01	FRI. 02/02
09:00-10:00	團隊齊聚	初見氣象局	氣象局心智圖	氣象局展覽	旋風陀螺
10:00-11:30	氣候大解密（天氣與氣候）	降雨警報器（地球水循環）	風向指示標（氣團與鋒面）	漩渦水龍捲（全球氣候分布）	天然淨水器（極端氣候）
11:40-12:00	認識眼睛構造	護眼操練習	眼球肌肉訓練	視力對抗賽一	視力對抗賽二
12:00-13:20	午餐與午休				
13:30-15:00	太陽四驅車（緯度與氣候）	氣壓抽水機（認識氣壓）	冒險海盜船（認識洋流）	冰天雪地（特殊天氣現象）	氣象探測衛星（衛星雲圖）
15:00-16:30	諾亞方舟	氣象觀測站	探空氣球之旅	暴風雪之夜	統整與結訓
16:40-17:00	反思與回顧				

課程特色｜ ❶.氣象科學：認識溫度、氣壓、季風……基礎氣象科學知識。❷.國中地科：融入升學導向課程，輕鬆接軌國中地科難題。❸.科學素養：結合教育部108課綱，培養學生科學素養。

大力士牛頓

實驗成品5件、國中理化6堂、108課綱6堂

	MON. 02/05	TUE. 02/06	WED. 02/07
09:00-10:00	初見牛頓	牛頓心智圖	牛頓展覽
10:00-11:30	爬樹小猿（認識摩擦力）	連發手槍（牛頓第二運動定律）	愛情摩天輪 I（圓周運動）
11:40-12:00	護眼操練習	眼球肌肉訓練	視力對抗賽
12:00-13:20	午餐與午休		
13:30-15:00	慣性牛頓擺（牛頓第一運動定律）	電動風力車（牛頓第三運動定律）	愛情摩天輪 II（圓周運動）
15:00-16:30	力量碎片	伍爾索普莊園	質量加速度
16:40-17:00	反思與回顧		

課程特色｜ ❶.認識摩擦力、牛頓運動定律及圓周運動等基礎力學知識。❷.透過實作實驗，將抽象概念具體化。❸.融入教育部108課綱，輕鬆接軌國中物理難題

鷹之眼羽球營

A班:10:00-12:00 / B班:15:00-17:00 / C班:08:00-10:00

小一至小六 / AB班16滿 C班小班制7人滿　4F羽球場

A/B/C 三班
M02-1 | 1/22-1/26 | 3000

A/B/C 三班
M02-2 | 1/29-2/2 | 3000

A/B/C 三班
M02-3 | 2/5-2/7 | 1800

羽毛球運動是一項能夠讓人眼明、手快、全身得到鍛鍊的體育項目，通過經常觀察對手揮拍情況和高速飛行中的球，提升反應力、瞬間爆發力，更是台灣最受歡迎的運動項目之一喔!

Best羽球師資群 授課｜ 師生比1:9

專業羽球師資團隊，能提供最優質的訓練師資品質，更擁有專業的管理階層讓師資能有效的服務民眾，維持三向(團隊>學員>教練)溝通，達到最高效率的教學質量。團隊目標：希望帶領一場羽球旅程給所有熱愛羽球運動的你(妳)。

雷神擊錘乒乓球營

2F桌球場　小一至小六 / 4人開課 12人滿班 (A班8人滿班)

A班 09:00-10:30 / B班 10:30-12:00 / C班 13:30-15:00

桌球訓練內容｜
❶.基本腳步練習❷.正反拍練習❸.對打練習
※桌次數會依現場情況與人數安排

林俊賓老師 授課｜ 師生比1:8

中華民國桌球B級教練 / 社團教練10年 / 桃園國民運動中心桌球總教練4年 / 曾任板橋、溪口、深坑、八德社團教練 / 國語日報駐場教練9年 / 中央銀行球隊教練2年 / 樹林農會球隊教練2年

A/B/C 三班
M04-1 | 1/22-1/26 | 2250

A/B/C 三班
M04-2 | 1/29-2/2 | 2250

A/B/C 三班
M04-3 | 2/5-2/7 | 1350

Aegis Challenging

神盾籃球培訓

15:00-17:30　4F 籃球場

U12-U14 小六至國二 U9-11小四小五建議使用評估表 / 7人開班 30人滿班

神盾籃球培訓 專屬優惠方案

- 88折 1/29 前 2人團報
- 8折 1/29 前 3人團報
- 85折 12/1 前 早鳥優惠

報名贈禮 神盾年度設計球衣乙件！

★	1/22-1/26	5000
★	1/29-2/2	5000

神盾勇士Aegis Challenging籃球培訓營 授課 | 師生比1:10

神盾勇士Aegis Challenging 籃球培訓營進駐運動中心，在專業的體系訓練下，帶領學員學習籃球專業觀念及獨家的訓練，激發學員對籃球的潛能，我們將針對不同年齡層建立課表，確保學員在訓練上達成最好的效果，建構學員的技巧搭配觀念，置身美國的微美式訓練加上教練豐富的教學經驗讓他們成為籃球的先鋒者！

※本營隊如有退費需求依神盾籃球營團隊規定辦理。

本年度神盾勇士籃球營由神盾團隊表單(左方QR)報名

前往表單了解更多！

報名如有任何問題請加入神盾勇士LINE官方帳號

The one 兒童籃球營

10:00-12:00　小一至小六 / 30人滿班　4F籃球場

M03-1	1/22-1/26	3000
M03-2	1/29-2/2	3000
M03-3	2/5-2/7	1800

The One 師資群 授課 | 師生比1:12

one for all, all for one!

重視團隊、向心力，除了學習技術，更重要的是教育孩子學習到運動團隊的精神!

特色
- 師資經驗豐富
- 彈性規劃訓練菜單
- 訓練搭配遊戲提升學習效果

※視人數調整場地

鷹眼射箭營

12:30-13:30

小一至小六

5人開班 10人滿班

4F 籃球場(半場)

本中心師資 授課 |

師生比1:10

射箭是需要專注力的活動，透過簡易弓箭的教學能夠提升小朋友的注意力及培養心性!!本課程屬體驗性質，使用安全弓箭!

M05-1	1/22-1/26	1400
M05-2	1/29-2/2	1400
M05-3	2/5-2/7	840

Pushbike 滑步車營

3-6歲幼兒 / 10人開課

12:30-13:30 4F 籃球場(半場)

藝騎跳才藝師資群 授課 | 師生比1:10

課程結合練習教具，提升學習成就感，滑坡、獨木坡、穩定坡、抖面坡和連結遊戲迷宮等超驚艷!

M17-1	1/22-1/26	2500
M17-2	1/29-2/2	2500
M17-3	2/5-2/7	1500

蛇板滑行營

13:30-15:00 5F空中走廊

小一至小六 / 5人開課 12人滿班

桃園恃直排輪學校 授課 |

蛇板是一種需要平衡的運動，藉由全身動作使蛇板與滑板不同，能加強腰部及腿部肌肉，是一種輕鬆、卻有簡單的健身效果的運動，而且蛇板沒有年齡的限制，只要能抓到重心位置，爸媽也可以跟著一起扭、一起玩，也是一項很適合親子同樂的運動喔!

※注意事項：中心有提供蛇板做上課使用

M06-1	1/22-1/26	2100
M06-2	1/29-2/2	2100
M06-3	2/5-2/7	1260

快銀超人直排輪營

09:30-10:30 5F空中走廊

小一至小六 / 5人開課 12人滿班

桃園恃直排輪學校 授課 |

直排輪運動在孩子們的成長期間能提高平衡感、運動感、體力、持久力等幫助,讓孩子在有趣的學習及遊戲中,被教導正確的技巧,在其中取得成就感。

※注意事項：直排輪請自備、
如須租借請先填寫尺寸調查表(QR)
租借費300元/周

M07-1	1/22-1/26	1400
M07-2	1/29-2/2	1400
M07-3	2/5-2/7	840

Flash 閃電遊俠足球營

08:30-10:00

小一至小六
8人開班 25人滿班

4F多功能球場

足球是全世界最熱門的體育項目，從基礎球感到跑動中接傳球，培養反應、平衡、更能提升足耐肌力、提升心肺功能。

SCS足球俱樂部師資群 |

自信Self-confidence -創造力Creativity-運動家精神Sportsmanship，以鼓勵的方式建立小朋友的信心，讓小朋友愛上足球、學到最專業的足球技巧!

M08-1	1/22-1/26	2250
M08-2	1/29-2/2	2250
M08-3	2/5-2/7	1350

水游俠 飛魚營

小一至小六 1F游泳池

A班 08:30-09:30
B班 14:00-15:00

桃運專業泳訓師資群 授課 | 師生比1:10

游泳是一種全身性運動，能鍛煉孩子幾乎所有的肌肉，常游泳的孩子除了能增強肌力、心肺能力外，在對水阻力中鍛鍊身體線條，能慢慢建立更好的身形，更是一種自保自救的能力，學會游泳不再怕進入泳池、海邊，人生能有更多戲水的樂趣。

A/B 兩班 M13-1	1/22-1/26	1900
A/B 兩班 M13-2	1/29-2/2	1900
A/B 兩班 M13-3	2/5-2/7	1140

Spider 小小蜘蛛人攀岩營

A班 10:00-11:30
B班 13:00-14:30

小一至小六 / 8人滿班

5F攀岩場

ECOPOWER野地能量及中心師資授課

攀岩對兒童的好處｜❶.促進身體協調性❷.協助探索和適應新環境❸.訓練思考能力、觀察力、判斷力和執行力❹.培養不怕困難的人格特質

A/B 兩班
M10-1 | 1/22-1/23 | 1400

A/B 兩班
M10-2 | 1/25-1/26 | 1400

A/B 兩班
M10-3 | 1/29-1/30 | 1400

A/B 兩班
M10-4 | 2/1-2/2 | 1400

A/B 兩班
M10-5 | 2/5-2/6 | 1400

忍者跑酷營

16:00-17:30 中心教室

小四至國一 / 5人開課

M18-1 | 1/24-1/26 | 1350

M18-2 | 1/31-2/2 | 1350

悍酷 HANKU

悍酷工作室 授課｜

跑酷(Parkour)運動運用反應、思考與訓練技巧，穿越障礙、挑戰生活，跑酷不僅是門運動的藝術，也是一種生活方式，跑、跳、攀、爬中的自由靈魂在運動中無限伸展!

韓風 MV 舞蹈營

11:00-12:00 小一至小六 / 12人滿班 中心教室

M14-1 | 1/22-1/26 | 1200

M14-2 | 1/29-2/2 | 1200

M14-3 | 2/5-2/7 | 720

溫蒂老師 授課｜

藉由舞蹈學習來開發肢體以及對音樂的認識，同時也可以對學習對節奏的敏銳度，發掘孩子的舞蹈潛能，成為一代舞林高手

彈力超人跳床營

13:00-13:50 中心教室

小一至國一 / 10人開課

M15-1 | 1/22-1/26 | 2400

M15-2 | 1/29-2/2 | 2400

M15-3 | 2/5-2/7 | 1440

藝騎跳才藝師資群 授課｜

課程結合音韻舞蹈，模擬律動，感受提昇節奏感和律動感，製作舞蹈小道具以及跳床遊戲活力精彩。基本動作引導，律動熱身，音感跳動，音樂有舞~

退費辦法

❶.本活動依教育部「學生參加校外營隊活動注意事項」辦理，
報名後如因故無法參加，請持繳費證明與發票至本中心辦理。
❷.開課日前之第30日以前得全額退費。
❸.開課日以前第8日至第29日申請退還90%。
❹.開課日以前第1日至第7日申請退還80%。
❺.開課日起至總課程時數三分之一前間內要求退費者，退還繳納費用總額50%
❻.已逾全期或總課程時數之三分之一者，不予退費。
❼.未開課辦理退費以及營隊相關課程退費請於 **2/28 前** 完成退費流程，逾期不予退費。

英雄注意事項

❶.凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、糖尿病或其他慢性病不適合參加團體活動者，
請勿報名，如未依規定應自行負責。
❷.參加學生請衡量個人體能狀況，如果不適合者，請勿報名。
❸.學生上課期間，請穿著運動服裝、運動鞋、並攜帶毛巾及水壺。
❹.學生上課期間，請勿攜帶貴重物品，如有遺失請自行負責。
❺.如活動遇天災、人力不可抗拒之因素或報名人數不足，
主辦單位得以停辦，並於活動前通知全額退費、轉班或補課。
❻.本中心保有合併梯次及開辦與否之權利。
❼.報名資料請確實填寫，以利保險相關作業。
❽.本中心將視上課人數調整場地。
❾.上述事項如有未盡事宜，本中心保有修改之權利。

TYC 桃園 國民運動中心
Taoyuan Civil Sports Center
03 - 339-5877
桃園市桃園區中山東路233號

官網 FB LINE