

國立屏東科技大學 體育室 通知

聯絡方式：承辦人侯嘉美、電話 6481；
游泳池：蔡盟玉、電話：7236

受文者：本校各單位、系所

發文日期：113 年 02 月 07 日

發文字號：屏科大體字第 1130207001 號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：普通

附件：如文

擬：公告周知。

組員林幸圻

1130207

教授林昭男

1130216

主旨：公告 112 學年度第二學期本室所轄場地開放時間表、
體適能中心、游泳池注意事項及活力運動班招生事
宜，請 查照。

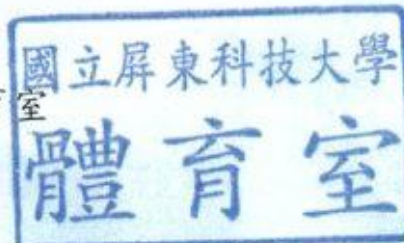
說明：

- 一、開放時間如附件一(P.1)，敬請公告。
- 二、體適能中心採網路預約制，各開放時段前三日可
至本室網站登記，入場時依各身分別收費。(P.2)
- 三、辦理游泳證者，自 03 月 11 日起可至游泳池，受
理辦證，收費標準如附件二 (P.2)。
- 四、為推廣健康校園本室開設活力運動班，線上報名
並於開學日後至體育室繳交主管核可表(P.4)並現
場繳費。每班招收 30 名，以報名並繳費者為優先，
招生資訊如附件三(P.3)

正本：本校各單位、系所

副本：體育室

體育室



啓

附件一：

112-2 體育室所轄場地開放時間表

開放日期：113 年 02 月 26 日（星期一）至 06 月 08 日（星期六）						
場地名稱	週一	週二	週三	週四	週五	週六
體適能中心	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20 17：30-20：30	14：00-17：00
室內籃球場	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-17：00
室內排球場	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	08：00-17：00
羽球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 期中考後 12：00-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-17：00
桌球室	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	08：00-17：00
田徑場	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	08：00-17：00
室外籃球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-20：20 期中考後 12：00-13：20 17：30-20：30 開放 B3B4B7B8	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
PU 網球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-17：20 期中考後 12：00-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
室外排球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-17：30 期中考後 12：00-19：20	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
西側門廣場	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
噴水池	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
開放日期：113 年 03 月 11 日（星期一）至 06 月 08 日（星期六）						
游泳池	15：30-20：30	17：30-20：30	體育課不開放	17：30-20：30	17：30-20：30	10：00-18：00

注意事項：

1. 場地優先使用順序：(1) 上課 (2) 學校代表隊訓練 (3) 完成借用手續者。
2. 使用場地請於 14 天前至體育室網站事先登記，方能享有優先使用權利。
3. 體適能中心依「體適能中心使用規則」規定，必須預約登錄並付費方可進入活動。
4. 期中考週及期末考前一週起、國定假日及其他不適宜開放天候期間，暫停開放，但教職員工聯誼會及校隊訓練使用者除外，時間另訂。
5. 運動器材（球拍、球具）請自備。
6. 運動場館區全面禁煙，並嚴格禁止攜帶任何飲料、食品、寵物進入（飲用水、礦泉水及工作犬除外）。
7. 為維護上課品質，除以上公告開放時間，運動場地其餘時間禁止進入活動，謝謝您的合作。

體育室 啓

附件二：收費標準

游泳證 收費標準			
清潔費別	組別	學生及 長青人士	教職員 其他人士
單次		30 元	50 元 70 元
月票		225 元	375 元 525 元
年票		1,500 元	2,500 元 3,500 元
預售卡： 15 次、30 次		15 次：360 元 30 次：630 元	15 次：600 元 30 次：1050 元 15 次：840 元 30 次：1470 元
註： 1. 為維護女性因生理期間之公平權益，凡女性辦證，依記名(年/月票)現行收費標準之 75 折優惠價(計次回數清潔費除外)。 2. 長青人士是指年齡 65 歲以上教職員工生及校外人士。 3. 辦理游泳證者請至體育室及游泳池辦公室索取「游泳證申請表」或本室網頁下載後，請攜帶相關身分證明文件、一寸相片 1 張至游泳池辦理。			

體適能證 收費標準		
本校學生	30/次	1 本校學生憑學生證每次清潔維護費 30 元，教職員憑服務證每次清潔 50 元，非學生之其他人士每次收費 100 元。
教職員	50/次	2 採網路預約制，凡預約三次不到者，兩週內不得申請。 3 如體能不適、氣喘及其他疾病者不建議使用。 4 每次每時段至多使用限 1.5 小時。
其他人士	100/次	5 收費標準依本校運動場地設施管理辦法。 6 其他規定詳體適能中心使用規則。

附件三：

想要輕鬆擁有健康與美麗嗎？ 想要享受 加倍燃燒熱量 的快感 那就快來參加"活力運動班"

本校為提倡「健康校園」之願景，強化本校師生之體能：

重金禮聘知名有氧瑜珈教室資深教練
及救國團社區大學等任課教練蒞校開班授課。

本次活動分為7班，課程內容有以下：

瑜珈日週一班及夜週四班：基礎伸展、核心訓練、療癒瑜珈

瑜珈日週三班及日週五班：基礎瑜珈、拜日式

有氧日週四班：熱血戰鼓、肌力雕塑、輕有氧、舞動有氧

有氧夜週二班：熱血戰鼓、肌力有氧、TABATA有氧

1、上課日期&時間：

瑜珈週一班：03.04~06.03，約14堂。每週一 12:20-13:20

瑜珈週三班：03.06~06.05，約13堂。每週三 12:20-13:20

瑜珈週五班：03.08~06.07，約13堂。每週五 12:20-13:20

瑜珈夜四班：03.07~06.06，約13堂。每週四 17:30-18:30

有氧日四班：03.07~06.06，約13堂。每週四 12:20-13:20

有氧夜二班：03.05~06.04，約14堂。每週二 17:30-18:30

2、上課地點：孟祥體育館二樓舞蹈教室

3、參加人數：每班30名學員，額滿為止。※"已報名並完成繳費者為先"。如招生未滿，恕不開班 線上報名 <https://forms.gle/nFDRAntzoQiZuBJj6>

4、參加對象：本校教職員工及學生

5、報名費用：每班700元

6、報名方式：即日起線上報名後請於開學日起至體育室現場"繳費"方完成報名手續。

7、聯絡方式：侯小姐#6481

~ 歡迎您一起加入健康的行列！ ~



國立屏東科技大學(體育室)

【112 學年度第二學期活力運動班課程】參加人員單位主管核可表

單位：

姓名	職稱	同意	分機/手機
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	
		☐ 同意參加	

備註

- 一、 本案由本校人事室簽准：依公務人員請假規則第4條規定，參加本機關舉辦之活動，經機關長官核准者，參加人員以公假登記。
- 二、 活動內容：112 學年度第二學期活力運動班課程
- 三、 活動日期及時間：
- ☐ 瑜珈日週一班：03.04~06.03，約 14 堂。每週一 12:20-13:20
- ☐ 瑜珈日週三班：03.06~06.05，約 13 堂。每週三 12:20-13:20
- ☐ 瑜珈日週五班：03.08~06.07，約 13 堂。每週五 12:20-13:20
- ☐ 瑜珈夜週四班：03.07~06.06，約 13 堂。每週四 17:30-18:30
- ☐ 有氧夜週二班：03.05~06.04，約 14 堂。每週二 17:30-18:30
- ☐ 有氧日週四班：03.07~06.06，約 13 堂。每週四 12:20-13:20
- 四、 活動地點：孟祥體育館舞蹈教室
- 五、 為俾利本活動庶務工作進行，懇請單位主管確認同意報名後，報名繳費時一併繳交本表，由本室送至人事室備查。
- 六、 若有任何問題歡迎來電分機：體育室侯小姐分機 6481。

單位主管核章：_____