

中華民國水中運動協會

111 年度丙級攀樹教練講習會

- 1、依據：教育部體育署及中華民國體育運動總會非亞奧運運動項目教練、裁判講習與授證實施計劃辦理。
- 2、目的：響應政府制訂各式專項人員考照政策，藉由教練訓練課程，學習水域救援技巧及吸收新知技能，培訓技術人員開放區域救援人才，順利取得攀樹教練證照。
- 3、主辦單位：中華民國水中運動協會
- 4、協辦單位：本會峽谷探險委員會、本會溯溪攀岩委員會、森林人探索顧問有限公司
- 5、活動日期：111 年 05 月 20 日至 22 日（共三日）
- 6、活動地點：國立宜蘭大學（260 宜蘭縣宜蘭市神農路一段 1 號）
- 7、參加資格：
 - (1)年滿 18 歲以上，高中(職)或同等學歷畢業，對攀樹、山野活動有興趣的民眾、學生均可參加。
 - (2)近三個月內核發之良民證且無下列罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。
 - 1.犯傷害罪章，但其屬過失犯，不包括之。
 - 2.犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所訂之罪，妨害風化罪章及妨害自由罪章。
 - 3.犯毒品危害防制條例之罪。
 - 4.犯殺人罪。
 - 5.違反運動禁藥管制辦法相關規定。
- 8、報名費用：\$ 6000 元（含證照費、講師費、講義費、攀樹裝備費、300 萬場域公共意外險、行政費）匯款資訊：全部學員報名費請以匯款方式：台新銀行(812)帳號 28881006458713 戶名:郭孟鑫
- 9、報名日期：

即日起至 4 月 5 日止，活動前 10 天截止（8 人開班，名額 16 人為限，額滿為止）
- 10、報名方式：

報名表、身分證影印本、大頭照、良民證等電子檔或照相方式繳交。
E-mail s0933549@g.ncyu.edu.tw
聯絡人：郭孟鑫 0972-340253 LINE ID：Adamkuo
- 11、測驗方式：
 - (1)學科：採筆試測驗 70 分及格（樹木基本常識、攀樹活動技能）
 - (2)術科：採實際操作方式測驗，由主考官依「術科檢測評分表」評定成績。
（基本繩結、系統架設、攀爬技能）
 - (3)經本會測驗合格人員，報請中華民國體育運動總會核准，發給「丙級攀樹教練證照」。
 - (4)實習：3 天課程含實習共 24 小時，始完成攀樹教練課程。
 - (5)經本會測驗為 A 等人員，報請中華民國體育運動總會核准，發給「丙級攀樹教

練證照」。

- (6) 經本會測驗為 B 等人員，報請中華民國水中運動協會核准，發給「丙級攀樹指導員證」

12、.注意事項：

- (1)學員請假室內課及戶外課均以 1 小時為限，未能完成全部課程，本會僅能發給研習時數證明（本課程為區域性規畫開班，無法補考、補課）。
- (2)上課期間 3 天午餐均由學員自理或自費統一訂購。
- (3)上課期間 3 天保險由本會統一辦理（旅平險 200 萬醫療 20 萬及 300 萬公共意外責任保險），學員可視需要自行再投保人身險。
- (4)若遇颱風或人力不可抗拒之天然災害，本單位有權宣佈取消、延期等相關事宜。
- (5)請自行考量身體狀況，如有心臟病、高血壓、癲癇、暈眩、孕婦等不適合參與運動訓練之疾病，請勿報名參加。
- (6)本研習依實際情況、學員能力程度或天氣環境，本會保有更動研習地點或課程內容之權利。
- (7)上課期間請將手機轉為震動，請勿攜帶寵物及小孩等不相關人員來上課。

13、退費方式：基於講師.教練.助教.場地等團體性的費用,均已安排完成,故報名後無法參加的學員,因人員空缺之成本因素,僅能退款

- (1)開課前 15 天，退還 100%學費
- (2)開課前 10~14 天，退還 75%學費
- (3)開課前 7~9 天，退還 50%學費
- (4)開課前 4~6 天，退還 25%學費
- (5)開課前 3 天內，全額無法退費

14、證照年限：修畢全部學程通過本會考核，並經中華民國體育運動總會審核製發丙級運動教練證，有效期限四年。持照人應於有效期限內參加專業進修。

15、課程

日期 時間	5/20 (星期五)	5/21 (星期六)	5/22 (星期日)
08:00 08:50	開訓、證照制度簡介	系統架設、 攀爬精熟 (運動營養學)	豆袋投擲的進階運用
09:00 09:50	個人裝備教學 攀樹系統認識 (運動規則)	上升技術：腳鎖教學 (單腳、雙腳)	術科測驗
10:00 10:50	攀爬技巧： 上升與下降 (體能訓練法)	攀樹環境的檢查 樹木的風險評估 (運動科學)	學科測驗
11:00 11:50	攀樹系統回收方法 1 (戰略與戰術)	上升技術： 身體推進法 (運動傷害防護)	方法二架設
12:00 13:00	午 餐 影片欣賞	午 餐 影片欣賞	午 餐 影片欣賞
13:00 13:50	豆袋投擲練習	系統架設練習	環境評估、裝備檢查 測驗
14:00 14:50	系統架設、攀爬、 回收 (基本技術)	攀樹裝備規範講解 (指導技術)	環境評估、裝備檢查 測驗
15:00 15:50	性別平等教育	人員救援練習	筆試檢討
16:00 16:50	裝備檢查及課程總結	攀樹系統回收方法 2	攀樹視野展望

中華民國水中運動協會 111 年丙級攀樹教練班報名表

姓 名			身分證字號			
英文姓名 (同護照)			性別 ☐ 男 ☐ 女	血型：	體重：	身高：
生日	年 月 日		手機：		電話：	
學歷	☐ 國中 ☐ 高中(職) ☐ 專科 ☐ 大學 ☐ 碩士 ☐ 博士	服務 單位				職務
通訊地址						
電子通訊						
緊急連絡人		關係		手機		
我身體狀況適合攀樹運動，沒有醫生所禁止運動的先天或後天之疾病和症狀 有 ☐ 無 ☐						
最近三年是否患有以下疾病或症狀	☐ 冠狀動脈心臟病 ☐ 高血壓 ☐ 心臟衰竭 ☐ 心律不整 ☐ 慢性肺病 ☐ 氣喘 ☐ 貧血 ☐ 癲癇 ☐ 腦中風 ☐ 腦瘤 ☐ 暈眩 ☐ 糖尿病 ☐ 甲狀腺疾病 ☐ 肝硬化 ☐ 腎臟病 ☐ 胃或十二指腸潰瘍 ☐ 懷孕 ☐ 下肢肌腱或韌帶損傷 ☐ 癌症 ☐ 免疫性疾病 ☐ 紅斑性狼瘡 ☐ 關節炎 ☐ 視力障礙 ☐ 其他_____ ☐ 無					
是否過敏 有 ☐ 無 ☐ 過敏原： (例如:藥物、食物、其它...等)						
最近三年曾經接受過的(重大)手術： 有 ☐ 無 ☐ 手術名：						
切結書 我已充分瞭解攀樹運動的原理，以及存在的潛在風險，可能造成個人身體及心理的傷害、癱瘓或死亡，甚至造成他人身體及財產上的傷害和損失。這些風險可能是個人身心狀態不適合攀樹運動、不純熟或不適當的技術、不合適或不熟練的裝備和器材、不熟悉或不符合能力的場地等所引起的。為保障本人及他人身心安全，本人同意確實遵守。如因本人疏忽、過失或故意，違反攀樹運動安全守則造成自身及他人身體與財物損害者，本人應自行負擔所有責任。 此致中華民國水中運動協會 學員簽名：_____ 中華民國 年 月 日						
註：健康諮詢表內容因涉及個人隱私，本會將依個資法相關規定妥善保管。						