

**2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程
活動簡章**

2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程

- 一、活動宗旨：落實教育部「海洋政策白皮書」及「海洋教育執行計畫」，並藉由國家級教練授課，增進專業技術並培養海洋獨木舟基層教練人才資源，進而提昇水域休閒遊憩活動品質，增加水域休閒遊憩參與人數，協助地方運動觀光產業。
- 二、指導單位：教育部、台灣運動管理學會
- 三、主辦單位：國立東華大學體育中心
- 四、承辦單位：國立東華大學體育中心 臺灣戶外領導學校
- 五、活動名稱：2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程
- 六、參加對象：16 歲以上，對海洋獨木舟有興趣者 (未滿 20 歲者，需檢附家長或監護人同意書)
- 七、活動日期：2010 年 07 月 17 日 (星期六)－2010 年 07 月 18 日 (星期日)，兩天一夜
2010 年 08 月 14 日 (星期六)－2010 年 08 月 15 日 (星期日)，兩天一夜
共計 2 梯次。
- 八、活動費用：2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程，每人新台幣 1,800 元整 / 梯次。
《含海洋獨木舟與相關裝備、教材講義、美國 ACA 獨木舟協會授證費、保險費、午餐餐盒等；**不含**交通與住宿費》
- 九、參加人數：每梯次限額 12 名。
- 十、活動內容：海洋獨木舟指導員培訓課程。本課程由美國獨木舟協會(American Canoe/Kayak Association)授權認可，於本校開設海洋獨木舟教學課程。其課程將帶領參與學員認識與了解海洋獨木舟之構造、介紹與練習裝備之使用、學習基本與進階划槳與操舟技巧，及水中救援與自救。於課程結訓並通過測驗後，參與學員可獲得由美國 ACA 獨木舟協會所核發之 Sea Kayaking Level 2 課程完成證照。

※ 請注意，並非所有參與課程之學員皆能取得完成證照!!
- 十一、活動地點：國立東華大學東湖，花東縱谷國家風景區 鯉魚潭。
- 十二、報名日期：報名截止日為每梯次活動前一周，或額滿為止。

2010 年東區海洋獨木舟體驗營				
活動梯次	活動日期	活動地點	報名截止日期	備註
第一梯次	2010/07/17-07/18	國立東華大學東湖	07/12	開放報名中
第二梯次	2010/08/14-08/15	國立東華大學東湖	08/09	開放報名中

- 十三、報名方式：採通訊報名與親自報名兩種方式

通訊報名 - 請填妥【活動報名表】，【健康調查表】，與【活動同意書】，連同課程費用，於報名截止日前(含截止日當天)，以報值掛號郵寄 97401 花蓮縣壽豐鄉志學村大學路 2 段 1 號 國立東華大學體育中心 莊春昇先生收(如無掛號而遺失或未能完成報名手續者，請自行負責)

親自報名 - 請填妥【活動報名表】，【健康調查表】、與【活動同意書】，連同課程費用，於報名截止日前(含截止日當天)，親自至國立東華大學 體育中心 (花蓮縣壽豐鄉志學村大學路2段1號) 報名。洽詢專線：(03)863-2613

- 十四、注意事項：
1. 報名即視同願意遵照報名簡章規定，請詳加閱讀避免權益受損。
 2. 請勾選欲參加的【梯次】，以便加速主辦單位辦理作業的時間。
 3. 參與課程學員必須自行準備與攜帶個人裝備(完成報名手續後，會以 e-mail 寄發戶外課程裝備表提供參考)。
 4. 參與課程學員需自理往返交通與住宿(相關交通住宿資訊請參閱附件)。
 5. 本單位將以報名收件之先後順序錄取參與學員，每一梯次限 12 人，額滿後不再接受報名;每梯次報名參與學員若未達 10 人，本單位將保留其開課權利。
 6. 已完成報名手續者，因故不克參加，恕不退還報名費。
 7. 若遇颱風或人力不可抗拒之天然災害，為考量學員安全，本單位有權宣佈取消、延期等相關事宜。
 8. 上課地點會依實際情況做調整。
 9. 本簡章如有未盡事宜，得隨時修訂公佈之。
 10. 活動洽詢專線: (03)863-2613 或 email 至 tols@mail.ndhu.edu.tw

2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程 【活動報名表】

學員資料			
中文姓名		英文姓名	(與護照上相同)
身份證字號		出生年月日	
國籍		膳食	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女		
聯絡電話	(住家)	(行動電話)	
通訊地址	□□□		
電子信箱			
請勾選欲參加的指導員培訓課程梯次	<input type="checkbox"/> 東區海洋獨木舟指導員培訓課程，第一梯次 2010/07/17-07/18 <input type="checkbox"/> 東區海洋獨木舟指導員培訓課程，第二梯次 2010/08/14-08/15		
您從哪裡得知臺灣戶外領導學校	<input type="checkbox"/> 網路搜尋 <input type="checkbox"/> 報章雜誌 <input type="checkbox"/> 親友介紹 <input type="checkbox"/> 其他		
您曾經從事過的戶外活動經歷	<input type="checkbox"/> 攀岩 <input type="checkbox"/> 登山 <input type="checkbox"/> 峽谷探險 <input type="checkbox"/> 海洋獨木舟 <input type="checkbox"/> 自行車 <input type="checkbox"/> 其他		
緊急連絡人資料			
中文姓名		與學員之關係	
聯絡電話	(住家)	(行動電話)	
報名手續： <ol style="list-style-type: none"> 1. 請填妥【活動報名表】、【健康調查表】，與【活動同意書】，連同課程費用，報名截止日前(含截止日當天)，以報值掛號郵寄 97401 花蓮縣壽豐鄉志學村大學路 2 段 1 號 國立東華大學體育中心 莊春昇先生收 (如無掛號而遺失或未能完成報名手續者，請自行負責)，或親自至本校體育中心報名。 2. 參與課程學員需 自理往返交通與住宿 (相關交通住宿資訊請參閱附件)。 3. 已完成報名手續者，因故不克參加，恕不退還報名費。 4. 每一梯次限 12 人，額滿後不再接受報名 (每梯次報名參與學員若未達 10 人，本單位將保留其開課權利)。 5. 完成報名手續後，本校將於活動前以 email 方式寄發課程相關資料。 6. 活動洽詢專線: (03)863-2613 或 email 至 tols@mail.ndhu.edu.tw 			

2010年東區海洋獨木舟指導員培訓課程

【健康調查表】

國立東華大學體育中心之戶外探索活動包含攀岩、登山、峽谷探險、海洋獨木舟、自行車等課程，因此本單位對於參與課程之學員會有基本體能與健康的要求。任何課程的進行均以安全為第一優先考量，故所有參加課程的學員都必須具備基本的體能狀態。本健康調查表主要在於協助國立東華大學體育中心了解您的身體狀況，且為了尊重個人隱私，非經本人之同意，您的資料將不予公開。

請您仔細閱讀以下的問題，並在「是」或「否」的位置打勾。請特別注意「是」、「否」的狀況並不是無法參加課程的依據。如果我們對您的健康調查表有任何疑問，我們將會與您討論。

※本人保證以下所填寫的內容皆為屬實，並且清楚的描述個人之身體狀況，無虛偽隱匿之情。

【第一部份】基本資料

姓名：_____ 性別：男 女

緊急聯絡人：_____ 關係：_____ 聯絡電話：_____

出生日期：____/____/____ 身高：_____ 體重：_____

您有健康/意外保險嗎？否 是，請寫出保險公司的名稱：_____

【第二部分】醫療紀錄

1. 您有任何身體上的限制或健康問題或是殘疾（暫時或永久）而使你的醫生認為應該限制你參加本次課程嗎？否 是，請說明。_____

2. 請問你有或曾經有...

呼吸的問題、氣喘 腸胃不適 糖尿病 心律不整 精神方面的疾病(如：癲癇)

暈眩或昏倒 偏頭痛 心臟病 頻尿、泌尿系統的問題 其他疾病，請說明_____

3. 請問你在三年內有過任何受傷：膝蓋、腕部、腳踝、肩膀、手臂、背部受傷（包括扭傷）或手術？

否 是 怎麼發生的？發生時間？影響程度？請說明。_____

4. 對蟲叮咬或蜜蜂過敏？ 否 是，請說明。_____

5. 其他過敏問題？ 否 是，請說明。_____

6. 對任何藥物過敏？否 是，請說明。_____

7. 曾經中暑或與熱相關的疾病？ 否 是。何時何地發生？_____

8. 你會在課程中攜帶何種處方或非處方用藥？ 否 是。請說明。_____

※請注意：在課程中，指導員會攜帶急救包和非處方用藥，但不會攜帶處方用藥。學員必須瞭解個人有需要時，需自行準備，且在不受外力支援的情況下使用處方用藥。

9. 曾經發生急性高山症、高山腦水腫、高山肺水腫？ 否 是，何時何地發生？_____

2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程

【活動同意書】

本人參加國立東華大學體育中心所舉辦之『2010 年東區海洋獨木舟指導員培訓課程』，同意並遵循下列事項：

- 一、我認知並瞭解戶外活動是謹慎的冒險運動，具有隱藏的危險性，可能導致身體及心理受傷，癱瘓或死亡，或者導致個人財產損失及第三者傷害。我了解活動指導員和工作人員在活動過程中，將擔任艱難的引導，並竭盡全力做好安全維護；然而，縱使在最妥善的規劃和最專業的執行之下，依然可能因參與學員個人的健康狀況和能力，或對天氣狀況、大自然力量、地形錯誤判斷、器材故障等，而發生極低的潛在風險。國立東華大學體育中心保證依據專業將風險降至最低，並投保意外險。
- 二、本人了解戶外活動強調隊員間彼此之相互合作與團隊運作，並在活動指導員指導下進行戶外活動。課程或活動期間，倘若因不遵守指導員指導與規範、或因自己的疏忽、擅自行動、裝備不當使用，或者不可抗拒之因素而發生危險意外時，本人及法定監護人將不對國立東華大學體育中心及活動相關指導員與工作人員提出訴訟及求償理賠之要求。
- 三、我確實瞭解，依據 99 年 2 月 1 日公告實施之保險法第 107 條修正案規定，15 歲以下之未成年人意外身故，保險公司將不得提供身故給付。
- 四、我同意接受此項活動存在上述危險，我參加此活動係為自願。我對此同意書已充分閱讀瞭解，並同意上述之所有條約。
- 五、我同意提供所有課程中所拍攝之圖片、照片、影片聲音檔及心得與收穫賦予國立東華大學體育中心作為課程見證、宣導及推廣之用，並使國立東華大學體育中心對其享有所有權利且不限於重製、改作、散布、公開發表及再授權等著作財產權利。

參加學員簽名：

身份證字號：

法定監護人簽名(未滿 20 歲者)：

國立東華大學【交通資訊】

搭飛機	出機場後可坐計程車來本校，車程約 三十分鐘 ；或搭機場巴士至火車站轉南下縱谷線之客運，在志學站下，沿中正路走 十五分鐘 ，即可達本校志學門。
搭火車	出花蓮站後，可轉乘普通車從花蓮站至志學車站，但請看好時刻表，以免等待浪費太多時間。 ※ 台灣高鐵網址: http://www.thsrc.com.tw/tc/?lc=tc ※ 交通部臺灣鐵路管理局網址: http://www.railway.gov.tw/index/index.aspx
開車	從台北開車到東華大學可經由北宜公路接蘇花公路或由濱海公路接蘇花公路到達；從台中開車可經由台北及高雄或走中部橫貫公路到達，從高雄開車可由南迴或南部橫貫公路接省道台九線或台十一線到達。
搭客運	搭火車到花蓮火車站後，從正門出去右手邊即是花蓮客運站，可在該站搭乘往玉里方向的客運，在志學站下車(如果不確定，可以請司機提醒) <u>花蓮-台東(客運)</u> 花蓮客運每天有班車往往返花蓮、台東。 ※ 花蓮客運網址: http://www1.hl.gov.tw/bus/ <u>台北-宜蘭/羅東(客運)</u> 可從台北火車站搭葛瑪蘭客運至宜蘭或羅東站下車，之後轉火車到花蓮。 ※ 葛瑪蘭客運網址: http://www.kamalan.com.tw/ ※ 首都之星網址: http://220.128.122.55/businfo.html
計程車	出花蓮火車站之後，不管在前站後站都有計程車可以接駁，可以直達到東華大學。不過不同的車行和搭車時間價錢各有殊異，所以請參考以下搭計程車的參考資料。 中美車行 (03)823-4432 米琦車行 (03)835-2233 / 0800-500-123 統一車行 0800-046-046 / 0912-489-038 / 0933-799-183 蓮花車行 (03)822-1053 / 0919-909-879 搭車注意事項: 最好是可以事先約時間搭乘,比較不會讓車行趕時間。

※ 花蓮租車資訊網 <http://ezgo.netete.com/>

國立東華大學 【地理位置圖】



《附件二》

國立東華大學
【周邊住宿資訊】

(由近至遠)

國立東華大學 東華會館

網址：<http://lio168.com/038630103/>

訂房專線：03-863-0103

傳真專線：03-863-0106

地址：花蓮縣壽豐鄉志學村大學路 2 段 1 號

部落格 Blog：<http://tw.myblog.yahoo.com/dong-hwa>

備註：

2 人房 (房間數 22 間)：4,800 NT / 天

4 人房 (房間數 22 間)：6,800 NT / 天

6 人房 (房間數 2 間)：8,800 NT / 天

※ 平日(星期日~星期五) 原價打 6 折 / 假日(星期六) 原價打 8 折

村上春宿

網址：<http://www.murakami.com.tw/>

訂房專線：03-866-2382 / 0932-662-382

傳真專線：03-8664382

地址：花蓮縣壽豐鄉志學村中正路 238 號

Email：wkl.murakami@gmail.com

備註：

迦南舍平價套房

訂房專線：(03)866-3064 / 0933-997357 連絡人：黎小姐 (鄰近東華大學)

地址：花蓮縣壽豐鄉和平村大學路二段 65 巷 51 之 3 號

元氣屋

網址：<http://www.netete.com/yuanqiwu/>

訂房專線：0963-381639 連絡人：李先生

傳真專線：02-23222569

地址：花蓮縣壽豐鄉平和村大學路 2 段 63 巷 55-3 號

Email：u71.u389017@msa.hinet.net

備註：

後山歲月

網址：<http://okgo.tw/store/000899.html>

訂房專線：03-8663053 / 0915-761237

傳真專線：03-8663053

地址：花蓮縣壽豐鄉志學村 4 鄰中山路二段 186 號

備註：

63 庭園民宿

網址：<http://www.63inn.com.tw/>

訂房專線：03-8662863 / 0963-106-363

地址：花蓮縣壽豐鄉和平村大學路 2 段 63 巷 82 號

部落格：<http://www.wretch.cc/blog/holiday63>

<http://tw.myblog.yahoo.com/holiday63holiday63/>

備註：

參考網址：

花蓮縣觀光資訊網(首頁)

<http://tour-hualien.hl.gov.tw/index.jsp>

花蓮縣觀光資訊網(壽豐鄉名宿)

<http://tour-hualien.hl.gov.tw/index.jsp?page=travelGuideCast&class=4&type=4&countyId=7>

花蓮飯店(民宿)相關資訊

<http://tw.myblog.yahoo.com/minsu-org/archive?l=f&id=10>