

2019

中正夏令營

暑假 FOLLOW ME

優惠 資訊

早鳥優惠 5月31日前

- 同一人報名2梯優惠8折
- 低收入戶憑證免費報名單項運動營，名額有限，額滿為止。
(各梯次開放3位名額；全日、峰狂射手、神槍手、游泳不在此優惠)

專屬優惠

- 同一人報名2梯85折；3梯以上8折；
6梯以上再贈送桌球歡樂/桌球成就/羅賓漢/扯鈴/防身術/
流行MV/疊杯等營隊任乙梯次。
- 同一人報名2梯以上即贈課程8折優惠券乙張。
(使用期限：2019/9/1-2019/12/31)

舊生&團報優惠

- 舊生續報享9折優惠。
(凡報名過中心任一課程者可享舊生優惠，以中心系統判定為主)
- 6人以上團報同一梯營隊享8折優惠。

舊生&團報優惠

- 贈送之課程名額有限，以實際開課為主，如因未開課致使無法參加原課程，得協助轉班，恕不得轉讓他人或折抵費用。
- 折扣優惠不可重疊，僅可依最優惠折扣計算。
- 本中心保留各項優惠內容最終解釋及變更權利。

游泳團體班(兒童、幼兒、成人)

第一梯：6/24-6/28	第二梯：7/1-7/5	第三梯：7/8-7/12	第四梯：7/15-7/19	第五梯：7/22-7/26
第六梯：7/29-8/2	第七梯：8/5-8/9	第八梯：8/12-8/16	第九梯：8/19-8/23	第十梯：8/26-8/29 (4天)

※第一梯次不開放報名

兒童團體班

★年齡：7-12歲 ★10人滿班

時段	費用	
	第二-九梯	第十梯
07:00-08:00	\$1,250	\$1,000
08:00-09:00	\$1,500	\$1,200
09:00-10:00		
10:00-11:00		
11:00-12:00		
13:00-14:00		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00		
17:20-18:20		
19:00-20:00		
20:00-21:00		

幼兒團體班

★年齡：4-6歲 ★5人滿班

時段	費用	
	第一-九梯	第十梯
09:00-10:00	\$2,000	\$1,600
10:00-11:00		
11:00-12:00		
13:00-14:00		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00		
17:00-18:00		
19:00-20:00		
20:00-21:00		

※第一梯次不開放報名

成人團體班

★年齡：13歲(含)以上 ★10人滿班

時段	費用	
	第二-九梯	第十梯
07:00-08:00	\$1,250	\$1,000
08:00-09:00	\$1,500	\$1,200
09:00-10:00		
10:00-11:00		
12:20-13:20		
14:00-15:00		
15:00-16:00		
16:00-17:00		
19:00-20:00		
20:20-21:20		

浮潛育樂營

★年齡：國小3年級(含)以上
★10人滿班

梯次	日期	時段	費用	人數
第一梯	6/17-6/21	10:00-11:30 14:00-15:30	\$2,000	10人 滿班
第二梯	6/24-6/28	16:00-17:30		

兒童假日團體班

★年齡：7-12歲
★10人滿班

梯次	日期	時段	費用
第一梯	7/6-7/28 (每週六、日)	07:00-08:00 10:00-11:00 08:00-09:00 14:00-15:00	\$2,000 (共8堂)
第二梯	8/3-8/25 (每週六、日)	09:00-10:00 15:00-16:00	





峰狂射手

籃球訓練營



由前中華隊當家射手、達欣籃球隊 / 張智峰 親自授課

★課程內容：基本動作訓練、個人防守訓練、綜合訓練、5on5對抗賽等

梯次	日期	時段	費用	人數	招生對象
第一梯	8/19-8/23	A.09:00-12:00	\$3,600	50人 滿班	A.國小一年級 至國小六年級 B.國中一年級 至高中三年級
第二梯	8/26-8/29	B.14:00-17:00	\$2,880		

籃球、羽球、桌球、射擊、射箭

第一梯：6/24-6/28 第二梯：7/1-7/5 第三梯：7/8-7/12 第四梯：7/15-7/19 第五梯：7/22-7/26
第六梯：7/29-8/2 第七梯：8/5-8/9 第八梯：8/12-8/16 第九梯：8/19-8/23 第十梯：8/26-8/29 (4天)



籃球

報名籃球營隊獨家贈送Conti籃球乙顆！
※隨機出貨，款式恕不挑選，每人限領乙顆。

特訓營

歡樂營

※與全日營充實班合併上課

成就營

梯次	時段	費用	人數	招生對象
第一-八梯	08:00-10:00	\$3,000	30人滿班	國小一年級 至國小六年級

梯次	時段	費用	人數	招生對象
第一-八梯	10:00-12:00	\$3,000	30人滿班	國小一年級 至國中三年級

梯次	時段	費用	人數	招生對象
第一-八梯	14:00-16:00	\$3,000	30人滿班	國中一年級 至高中三年級



羽球

歡樂營

成就營

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-九梯	08:00-10:00	\$3,000	8人滿班	國小三年級 至國小六年級
第十梯		\$2,400		

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-九梯	14:00-16:00	\$3,000	8人滿班	國小五年級 至國中三年級
第十梯		\$2,400		



桌球

歡樂營

成就營

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-八梯	10:00-12:00	\$3,000	12人滿班	國小一年級 至國小六年級

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-九梯	14:00-16:00	\$3,000	20人滿班	國小三年級 至國中三年級
第十梯		\$2,400		



射擊

神槍手

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-九梯	13:30-15:00	\$3,200	20人滿班	國小一年級 至國中三年級
第十梯		\$2,560		



射箭

羅賓漢

梯次	上課時間	費用	人數	招生對象
第一-九梯	10:00-12:00	\$3,200	20人滿班	國小一年級 至國中三年級
第十梯		\$2,560		



健球

全新營隊 ★ 健球歡樂營

健球小教室

全球唯一一項3隊同時比賽的球類運動，每隊4位隊員，總共有12名球員同場競賽。隊伍進攻時需要4位隊員同時接觸健球，防守隊伍則要接住健球，避免健球接觸地面。

團隊精神

健球無法靠一己之力獲勝，因每一次的接球、擊球等，都需4人同時合作，藉由這項運動，可以學習如何有效的溝通以發揮團隊的力量來追求勝利。

尊重與包容

在訓練過程中，教練會依據這項運動秉持的精神，教導學員如何在運動過程中，體現尊重與包容。

鍛鍊體能

健球這項運動的運動量大，但因為過程有趣，孩子在積極參與的過程中，不知不覺就接受身心的鍛鍊。

注意力訓練

這項運動很需要注意力廣度，在練習過程中可以有效地提升這方面的能力。

梯次	日期	時段	費用	人數	招生對象
第一梯	7/1-7/5	16:00-18:00	\$3,000	20人滿班	國小三年級至國中三年級
第二梯	7/8-7/12				
第三梯	7/15-7/19				
第四梯	7/22-7/26				
第五梯	7/29-8/2				
第六梯	8/5-8/9				
第七梯	8/12-8/16				

全日營充實班、全日營精緻班

第一梯：7/1-7/5

第二梯：7/8-7/12

第三梯：7/15-7/19

第四梯：7/22-7/26

第五梯：7/29-8/2

第六梯：8/5-8/9

第七梯：8/12-8/16

第八梯：8/19-8/23

第九梯：8/26-8/29 (4天)

全日營 充實班

※35人滿班
※招生對象：國小一年級至國小六年級
※包含午餐費、下午點心、場地保險費、教練費、場地費、入場門票費、戶外教學交通費
※每週三安排戶外教學
※課表將依場地需求及課程狀況調整，如有變動將另行公告



◆ 報名全日營系列即送

☑ 中正專屬束口袋乙個

☑ 潮流個性運動毛巾乙條

※數量有限送完為止
※實際款式以現場為主

梯次	第一-八梯		費用	\$7,000	
時段	一	二	三	四	五
08:30-09:00	學員報到				
09:00-09:50	體能開發		校外教學	體能開發	
10:00-12:00	籃球課程 (第八梯為桌球)			籃球課程 (第八梯為桌球)	
12:10-13:50	午餐、午休			午餐、午休	
14:00-15:20	手工藝	疊杯		扯鈴	桌遊
15:30-15:50	下午茶			下午茶	
16:00-17:00	足球	活力動跳		排球	樂樂棒
17:10-18:30	游泳			游泳	
18:30-19:00	Go Home				

梯次	第九梯		費用	\$5,600	
時段	一		二	三	四
08:30-09:00	學員報到				
09:00-09:50	體能開發			校外 教學	體能開發
10:00-12:00	桌球課程				桌球課程
12:10-13:50	午餐、午休				午餐、午休
14:00-15:20	手工藝	疊杯			扯鈴
15:30-15:50	下午茶				下午茶
16:00-17:00	足球	活力動跳			排球
17:10-18:30	游泳				游泳
18:30-19:00	Go Home				

時段	一	二	三	四	五
08:30-09:00	學員報到				
09:00-12:00	桌球課程				
12:10-13:50	午餐、午休				
14:00-15:30	射箭				
15:40-17:00	手工藝	疊杯	電影欣賞	扯鈴	桌遊
17:00	Go Home				



全日營 精緻班

梯次 第一-七梯 費用 \$6,000

※24人滿班
※招生對象：國小一年級至國中三年級
※包含午餐費、場地保險費、教練費、場地費
※課表將依場地需求及課程狀況調整，如有變動將另行公告

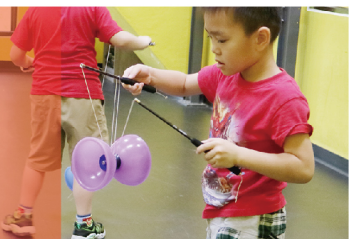
第一梯：7/1-7/5
第五梯：7/29-8/2

第二梯：7/8-7/12
第六梯：8/5-8/9

第三梯：7/15-7/19
第七梯：8/12-8/16

第四梯：7/22-7/26
第八梯：8/19-8/23

兒童扯鈴



時段	費用	人數	招生對象	教練
10:30-12:00	\$1,500	15人滿班	7-15歲	專任教練

★上課內容：
透過扯鈴運動不僅可以訓練孩子小肌肉的協調性、反應能力，潛移默化培養耐心及專注力，也同時藉由此運動來作表演展示。
(費用含器材使用或可自備)

兒童防身術



時段	費用	人數	招生對象	教練
14:00-15:30	\$1,800	20人滿班	7-15歲	呂承榮教練團

★上課內容：
學習防身術能夠達到強身、健身、防身的效果，藉由課程強化敏捷性、靈活性及肌力防範危險於未然，日常生活裡也能夠有效減少傷痛發生機率。

兒童流行MV



時段	費用	人數	招生對象	教練
14:00-15:30	\$1,500	15人滿班	7-15歲	專任教練

★上課內容：
MV舞蹈是一門相當適合學習表演性舞蹈，透過喜歡的偶像和MV，可以用肢體體會自己喜歡的流行音樂舞蹈，不但達到運動效果，也可充分發揮自己的魅力並且建立自信心。

兒童疊杯



時段	費用	人數	招生對象	教練
15:30-17:00	\$1,500	12人滿班	7-15歲	專任教練

★上課內容：
疊杯是一項具挑戰與趣味的動作技能運動，注重手眼協調及敏捷反應，活化左右腦且強調手腦並用，疊杯運動簡單易學，對所有程度的小朋友都有吸引力。(費用含器材使用或可自備)

體態訓練班



時段	費用	人數	招生對象	教練
15:30-17:00	\$2,400	12人滿班	13-18歲	專任教練

★上課內容：
利用多樣化的訓練器材配合上課教練專業耐心指導，在豐富課程內容裡充滿動力！

幼兒籃球



時段	費用	人數	招生對象	教練
16:00-17:00	\$2,000	10人滿班	3-6歲	專任教練

★上課內容：
課程包含球感、運球、傳接球、投籃及步伐訓練，可增進幼兒的反應、協調、跳躍能力、平衡感及集中力。

幼兒足球



時段	費用	人數	招生對象	教練
17:00-18:00	\$2,000	15人滿班	3-6歲	專任教練

★上課內容：
足球是全身性、協調的運動，其中包含平衡、敏捷、心肺功能、爆發力、腳眼協調等特殊的運動型態。



10048臺北市中正區信義路一段1號
電話：(02)2396-3358
傳真：(02)2396-3357
信箱：tpe_jjsports@changjia.com.tw
網站：www.tpejjsports.com.tw
開放時間：06:00~22:00

f 臺北市中正運動中心 | 搜索



官網



Facebook



YouTube



LINE@