



運動 玩 很大

| 學齡前至高三 |

過完年、讓我們一起動玩到開學! 各種運動要你動很大、玩很大!

超前7日

12/9 前 **8折**

早鳥集合

12/10-1/8 **85折**

最後集結

1/9-1/22 **9折**

結伴起帆 / 限臨櫃

開課前同時
報名2組以上 **88折**

◎ 報名營隊單筆消費滿8000元 可以選擇專屬贈品擇一 ※上述折扣方案不含神盾勇士籃球營、寶貝營

12/03

開放網路/現場報名

英雄快訊-本期特殊課程
迎接2022世足賽-閃電兒童 幼兒足球營
穿越障礙挑戰自我極限-忍者跑酷營

能動能靜多元項目全日滿足-全能挑戰營
國高中-松山高中系統籃球教學-神盾籃球培訓營
單項營安心顧養方案、午餐沒煩惱!



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，讓家長放心、孩子開心。



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！



防疫不鬆懈 防疫措施將依CDC公告調整



全面測量體溫



加強場館消毒頻率



營隊衛教宣導



如何選擇適合的營隊



時間	籃球場	羽球場	桌球	教室	空中走廊	攀岩
0800-0830		鷹眼				
0830-0900	閃電	羽球營				
0900-0930	足球營	小班	雷神		直排	
0930-1000			桌球營		輪營	
1000-1030	兒童	鷹眼				小小蜘蛛
1030-1100	籃球營	羽球營	雷神			攀岩營
1100-1130			桌球營	MV		
1130-1200				舞蹈營		
1200-1230						
1230-1300						
1300-1330				劍道營		
1330-1400		TCLS	雷神		蛇板營	小小蜘蛛
1400-1430	全日營	幼兒	桌球營			攀岩營
1430-1500	足球營	足球營	國高中			
1500-1530		鷹眼			射箭營	
1530-1600	神盾	羽球營				
1600-1630	籃球營			忍者		
1630-1700	國高中			跑酷營		
1700-1730						



特別方案 顧餐方案+500元

凡報名桃運單項營隊學童可以500元加購次周午餐方案，提供午餐與休息區域至13:00

- ①.午餐內容同當周日歸營學童
- ②.依報名人數調整休息區域。
- ③.顧餐方案上限10人、每周五停止下週梯次登記，如欲參加請提早繳費登記。
- ④.因每周有食材管控之虞，繳費登記後恕不因任何因素接受退費或轉移之申請。





冬季 全能挑戰營

多元運動全到齊！
能動能靜，週五一起滑冰趣！
最豐富的內容一整天
跟著眾英雄一起來玩很大！

🕒 09:00-17:00 💰 NT.6600

👤 小一至小六 / 36人滿班

※費用包含戶外教學、相關器材費用、保險、午餐費用
※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。
※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。健康成長！

M01-1 (1/30-2/03)	MON	TUE	WED	THU	FRI
M02-2 (2/06-2/10)	1/30、2/6	1/31、2/7	2/1、2/8	2/2、2/9	2/3、2/10
08:30-09:00	英雄集合				
09:00-10:20	集結破冰	耍酷街舞	尋寶玩很大 (定向越野)	彈力瑜珈	戶外教學 桃園滑冰 運動世界
10:30-12:00	兒童戰舞	動腦桌遊		快銀跑酷	
12:00-13:20	午休 & 午餐				
13:30-15:00	灌籃高手	鷹眼羽球	閃電足球	飛盤戰士	創意積木
15:10-16:40	神奇魔術	桌球疾打	電影欣賞	巧手氣球	歡樂通關
16:40-17:00	點心時間補充能量				
17:00-	明日英雄再見				

M01-1 | 1/30-2/03 | \$6600

M01-2 | 2/06-2/10 | \$6600

TAOYUAN



寶貝潛能營

🕒 09:30-17:00

👤 幼兒園中班至小一 / 12人滿班



M16-1 | 1/30-2/03

\$7500



M16-2 | 2/06-2/10

\$7500

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！※費用包含相關器材費用、保險 ※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 (1/30-2/03)

MON

TUE

WED

THU

FRI

M16-2 (2/06-2/10)

1/30、2/6

1/31、2/7

2/1、2/8

2/2、2/9

2/3、2/10

08:30-09:30

寶寶集合啦

09:30-10:30

認識夥伴

幼兒滑輪

卡波耶拉

幼兒舞蹈

卡波耶拉

10:45-11:45

幼兒跆拳道

動腦桌遊

神奇魔術

創意積木

幼兒體適能

12:00-13:50

午休 & 午餐

14:00-15:00

寶貝足球

寶貝籃球

寶貝羽球

幼兒跑酷

寶貝太鼓

15:20-16:20

音樂律動打擊

幼兒律動

電影欣賞

黑皮同樂會

16:30-17:00

點心時間補充能量

17:00-

明日英雄再見



寶貝營
專屬優惠方案

12/3-12/9
85折

12/10-1/8
88折

1/9-1/22
92折

臨櫃一次報2梯以上
9折

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。

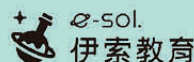


伊索教育 主題式科學營

🕒 09:00-17:00



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！

M12-1 | 1/30-2/03

光影魔法師

\$7000

👤 小一至小六

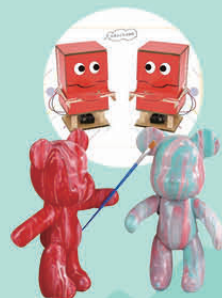


M12-2 | 2/06-2/10

馬斯克創業領航號

\$7000

👤 小四至小六



光影魔法師

MON

TUE

WED

THU

FRI

1/30

1/31

2/1

2/2

2/3

09:00-10:00

團隊齊聚

初見愛迪生

愛迪生心智圖

愛迪生展覽

閃光陀螺

10:10-11:50

五光十色
(光的三原色)

鏡花水月
(平面鏡成像)

登高望遠
(凹凸透鏡成像)

瞬息萬變
(光柵與偏振)

炫彩小屋
(認識光譜)

12:00-13:20

午餐與午休

13:20-13:40

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

13:40-15:20

光影迷宮
(光的反射原理)

光彩射目
(折射與色散)

特務相機
(相機的構造)

魔法圖片
(認識視覺暫留)

奇幻光影
(光的表演藝術)

15:20-16:20

神奇光世界

黯黑村落

光影大樓

光速擂台

統整與結訓

16:20-17:00

反思與回顧

※實作實驗15個、實驗成品13件、基礎光學7堂、108課綱12堂、學習歷程x1、結業證書x1
體驗光的千變萬化，帶領學生探索光的科學原理。認識光的反射、折射...，學習光與影的知識。融入教育部108課綱，輕鬆接軌國中理化難題。

馬斯克 創業領航號

	MON 2/6	TUE 2/7	WED 2/8	THU 2/9	FRI 2/10
09:00-10:00	團隊齊聚	初見馬斯克	馬斯克心智圖	馬斯克展覽	金融風暴
10:10-11:50	組織衝突 (溝通&換位思考)	我是執行長 (公司架構)	商業九宮格 I (商業模式圖)	行銷企劃師 (商業企劃書)	頂尖銷售員 (行銷練習)
12:00-13:20	午餐與午休				
13:20-13:40	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
13:40-15:20	危機處理 (問題解決能力)	創業投資人 (貸款與募資)	商業九宮格 II (獲利模式)	廣告設計師 (故事行銷)	魅力型領導 (魅力與自信)
15:20-16:20	創業藍圖	育成中心	企業孵化器	快思慢想	統整與結訓
16:20-17:00	反思與回顧				



※領導力教育5堂、創業法則7堂、資優生課綱5堂、
文創商品6件、學習歷程x1、結業證書x1
萃取資教育部優生教育課綱精華，融入主題中。帶領
學生踏入商場，栽培出敏銳的商業嗅覺。從小孕育領
導才能，展現非凡的自信與魅力。



The one 兒童籃球營

🕒 10:00-12:00 📍 4F籃球場
👤 小一至小六 / 30人滿班

M03-1 | 1/30-2/03 \$3000

M03-2 | 2/06-2/10 \$3000



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！
①專師資經驗豐富 ②彈性規劃菜單 ③訓練搭配遊戲提升學習效果※視人數調整場地。



神盾勇士籃球培訓營 / 國高中專班

Aegis Challenging Basketball Training Camp

🕒 15:00-17:30 📍 4F多功能球場
👤 7人開課 30人滿班 (師生比1:10)



U12-U15 | 1/30-2/03 \$5000

👤 小六至國二
(U10-11 小四小五建議評估自身條件 身體素質、體力)



U15-U18 | 2/06-2/10 \$5000

👤 國三至高三

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

報名贈禮
神盾年度設計球衣 乙件



神盾勇士籃球營 專屬優惠方案	2人團報 1/22前 88 折	3人團報 1/22前 8 折	早鳥優惠 11/30前 85 折
-------------------	--------------------	-------------------	---------------------



本年度神盾勇士籃球營由神盾團隊表單報名
報名如有任何問題請洽 小葛教練 0939-961-096

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



M02-1 | 1/30-2/03

ABC
三班

\$3000

M02-2 | 2/06-2/10

ABC
三班

\$3000

練羽球的好處：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)。

鷹眼射箭營

🕒 15:00-16:00 📍 5F空中走廊

👤 小一至小六 / 5人開課 10人滿班

M05-1 | 1/30-2/03

\$1200

M05-2 | 2/06-2/10

\$1200

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!



雷神擊錘乒乓球營

🕒 A班 09:00-10:30 B班 10:30-12:00 📍 2F桌球場

👤 小一至小六 / 4人開課 12人滿班



M04-1 | 1/30-1/31

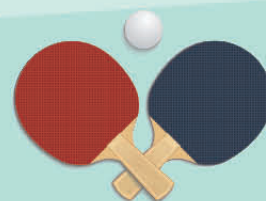
AB
兩班

\$2250

M04-2 | 2/06-2/10

AB
兩班

\$2250



🕒 13:30-15:00 📍 2F桌球場

👤 國一至高二 / 4人開課 8人滿班

M04-1C | 1/30-1/31

\$2250

M04-2C | 2/06-2/10

\$2250

桌球訓練內容：

①.基本腳步練習 ②.正反拍練習 ③.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



Flash 閃電遊俠 足球營



🕒 08:30-10:00 📍 4F多功能球場
👤 小一至小六 / 25人滿班

M08-1 | 1/30-2/03 \$2000

M08-2 | 2/06-2/10 \$2000



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 授課

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!



TCLS 臺北市都會樂活足球協會
Taipei City Lohas Sports Association

TCLS 幼兒足球營

🕒 13:00-15:00 📍 4F羽球 3號場 👤 6-8歲 / 16人滿班

M19-1 | 1/30-2/03 \$3000

M19-2 | 2/06-2/10 \$3000



報名 1 梯次 贈送TCLS足球襪 1 雙

報名 2 梯次

加贈極騰足球專用護脛 1 套



TCLS臺北市都會樂活足球協會 授課 |

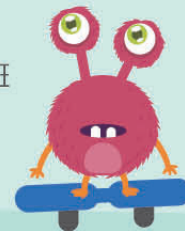
TCLS都會樂活足球長期致力於推廣兒童足球運動，期能藉由專業訓練、快樂踢球，協助孩子們從小養成運動的好習慣，並在訓練比賽及團體生活中，強化孩子的專注力與抗壓性，培養團隊合作的精神，提升孩子自我認同及榮譽感!
課程包含：基本動作、小組傳導、足球遊戲、分組對抗

蛇板滑行營

🕒 13:00-14:30 📍 5F空中走廊
👤 小一至小六 / 5人開課 12人滿班

M06-1 | 1/30-2/03 \$1800

M06-2 | 2/06-2/10 \$1800



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：中心有提供蛇板上課使用**

MicKey幼兒體育教育俱樂部 授課 (師生比1:10)

MicKey幼兒體育教育俱樂部，成立於2010年，現已與臺灣及上海地區各級教育機構合作。主要業務包含：跆拳道、直排輪、籃球、足球、幼兒體育教師培訓、幼兒跆拳道/輪滑活動及賽事籌辦。

快銀超人直排輪營

🕒 09:00-10:30 📍 5F空中走廊
👤 小一至小六 / 5人開課 12人滿班

M07-1 | 1/30-2/03 \$1800

M07-2 | 2/06-2/10 \$1800



晨瘋直排輪學校 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；租借費300元/周 (須租借請填寫尺寸調查)



Spider 小小蜘蛛人攀岩營

📍 5F 攀岩場
👤 小一至小六 / 8人滿班

M10-1 | 2/09-2/10
🕒 A班 10:00-11:30 B班 13:00-14:30
AB 兩班 \$1400

M10-2 | 1/30-1/31
🕒 10:00-11:30 \$1400

M10-3 | 2/01-2/02
🕒 10:00-11:30 \$1400



ECOPOWER野地能量、中心師資授課

攀岩對兒童的好處 | 1. 促進身體協調性 2. 協助探索和適應新環境 3. 訓練思考能力、觀察力、判斷力和執行力 4. 培養不怕困難的人格特質



忍者跑酷營

🕒 16:00-17:30 📍 中心教室
👤 小四至國一 / 5人開課

M18-1 | 2/01-2/03 \$1350

M18-2 | 2/08-2/10 \$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 📍 中心教室
👤 小一至小六 / 12人滿班

M15-1 | 1/30-2/03 \$1200

M15-2 | 2/06-2/10 \$1200



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。

鍛心劍道營

🕒 13:00-13:55 📍 中心教室
👤 小三至國二 / 5人開課 12人滿班

M14-1 | 1/30-2/03 \$1200

M14-2 | 2/06-2/10 \$1200

劍道可以鍛鍊體力、反應速度、爆發力肌耐力，還能修養心性，學習武德。本營隊為初階體驗班，練習竹劍由教練提供、亦可自備。※請提早報名，以便教練準備器材

Kenny老師授課 |

2008年劍道教學至今 / 10以上的教學經驗 / 桃子腳國小、鄧公國小、新北市女子劍道隊、運動中心教練





TY 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

退費辦法

1. 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。
2. 開課日之前第30日以前得全額退費。
3. 開課日以前第8日至第29日申請退還90%。
4. 開課日以前第1日至第7日申請退還80%。
5. 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%。
6. 已逾全期或總課程時數之三分之一者，不予退費。



英雄注意事項

1. 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。
2. 參加學生請衡量個人體能狀況，如果不適合者，請勿報名。
3. 學生上課期間，請穿著運動服裝、運動鞋、並攜帶毛巾及水壺。
4. 學生上課期間，請勿攜帶貴重物品，如有遺失請自行負責。
5. 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。
6. 本中心保有合併梯次及開辦與否之權利。
7. 報名資料請確實填寫，以利保險相關作業。
8. 本中心將視上課人數調整場地。
9. 上述事項如有未盡事宜，本中心保有修改之權利。



官網



FB



LINE