



高雄醫學大學創校 65 週年運動大會

教職員工健康促進、體適能檢測活動辦法

- 一、宗旨：為促進教職員工健康體適能，使忙碌緊張的工作得以調適，舉辦全校教職員工趣味競賽及體適能檢測活動，並藉以培養同仁間團隊合作精神與默契。
- 二、主辦單位：體育教學中心
- 三、協辦單位：運動醫學系 體適能檢測團
- 四、贊助單位：全家便利商店
- 甲、參加對象：活動限本校教職員工參加，報到請攜帶職員證，以供核對。
- 五、活動日期：108 年 10 月 14 日(星期一)至 10 月 18 日(星期五)
- 六、報名日期：即日起至 108 年 10 月 09 日(星期三)下午 1:30 分止，
採網路預約報名，不受理現場報名
- 七、活動詳情及報名網址公佈於本中心網站(體育教學中心-[中心公告](#))。
- 八、活動時程及獎勵辦法：

項目	日期	時間	地點	報名網址及獎勵辦法：
健康體適能檢測	10 月 14 日(一)	12:00~13:00	濟世大樓 B2 康樂室	活動網址： 健康體適能檢測報名(限 210 名) 健康體適能檢測完成者，每人可領取獎勵，全家禮卷 200 元。 活動詳情請參閱附件一。
	10 月 15 日(二)	12:00~13:00		
	10 月 16 日(三)	14:30~17:30		
	10 月 17 日(四)	12:00~13:00		
	10 月 18 日(五)	12:00~13:00		
有氧經絡瑜珈	10 月 16 日(三)	報到 08:00~08:15 活動 08:20~08:50	國際教學 研究大樓 中庭	報名網址： 有氧經絡瑜珈報名(限 250 名) 全程參與者每人可領取獎勵，全家禮卷 200 元。 活動詳情請參閱附件二。
滾球擲準團體賽	10 月 16 日(三)	報到、檢錄 09:00~09:20 活動 09:30~11:00	本校操場 南面	報名網址： 滾球擲準團體賽報名 競賽獎金(全家禮卷)： 第 1 名 3,600 元、第 2 名 3,000 元、 第 3 名 2,400 元、第 4 名 2,400 元 第 5 名 1,800 元、第 6 名 1,800 元 第 7 名 1,200 元、第 8 名 1,200 元 活動詳情請參閱附件三。
高醫中山攻頂聯盟毛毛蟲趣味接力賽	10 月 16 日(三)	14:00~15:00 ※預排時間， 實際時間依報名隊數調整。	本校操場 草皮區	活動網址： 毛毛蟲趣味接力賽報名表 競賽獎金(學生事務處提供)： 第 1 名 6,000 元、第 2 名 3,600 元、 第 3 名 2,400 元全家禮卷 參加獎(體育教學中心提供)： 每隊頒發飲料一箱 活動詳情請參閱附件四。

如有活動相關問題歡迎洽詢體育教學中心
位置：濟世大樓 CS115 電話：07-3201101 分機 2118 轉 100、109 信箱：chu@kmu.edu.tw

教職員工有氧經絡瑜珈健身操

- 一、主辦單位：體育教學中心
- 二、贊助單位：全家便利商店
- 三、參加對象：本校教職員工（不含附設醫院人員）
- 四、活動日期：108 年 10 月 16 日(星期三)上午 08:00~08:50
- 五、活動地點：國際教學研究大樓中庭
- 六、報名及參加辦法：
 1. 報名日期：即日起至 108 年 10 月 09 日(星期三)下午 1:30 分止。
 2. 本活動開放名額 250 人，採網路預約報名，額滿即截止報名活動；
 3. 報名網址：[有氧經絡瑜珈報名表](#)
 4. 活動當日報到時間：上午 08:00 至 08:15，當日請穿著輕便褲裝及球鞋。
- 七、獎勵：全程參與者每人可領取獎勵，全家禮卷 200 元。

