

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動・經絡瑜珈健身操

- 一、主辦單位：通識教育中心 體育教學中心
- 二、贊助單位：全家便利商店
- 三、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。
- 四、活動日期：114 年 10 月 16 日(星期四) 08:10~08:20 報到；08:20 活動開始
- 五、活動地點：綜合球場暨集會場(風雨球場)，當日請穿著輕便褲裝及球鞋。
- 六、報名方式：開放現場報名(請攜帶識別證刷卡報到)

本活動限額 230 名，活動當日 08:10-08:20 為報名及報到時間，08:30 即關閉報名表。

- 七、獎勵：全程參與者每人可領取獎勵，全家禮卷 200 元。
領獎期間：114 年 11 月 3 日起至 11 月 21 日止，領獎請攜帶職員證，以供核對。
如委託他人領取，受託人應攜帶委託人職員證及禮券簽收用印章。

八、活動時程：

	日期	報到時間	進行時間	活動地點
	10 月 16 日(四)	08:10-08:20	08:20~08:50	綜合球場暨集會場 (風雨球場)
有氧經 絡瑜珈 健身操				

九、注意事項：

- (一) 報名參加本活動，即同意接受本活動之活動辦法與注意事項之相關規範，無法接受者請勿報名。
- (二) 基於辦理本賽事所需，將依據個資法等相關法令規定，在本賽事目的範圍內蒐集之參與人員所提供之個人姓名、電話、電子郵件、職號、性別等個人資料，上述個人資料之蒐集、處理及利用，將僅限本校業務需要使用，並遵守個資法之規定。
- (三) 比賽數據、成績及活動過程中拍攝、錄影等花絮，將供本校作為活動紀錄、獎勵依據、相關網站(或刊物)展出使用，參賽者並應同意肖像與成績，用於相關之紀錄或宣傳活動上。

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動·球球接力王羽拍平衡挑戰賽

- 一、主辦單位：通識教育中心 體育教學中心
- 二、贊助單位：全家便利商店
- 三、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。
- 四、活動日期：114 年 10 月 16 日(星期四) 09:00 報到；09:10 比賽。
- 五、活動地點：綜合球場暨集會場(風雨球場)，當日請穿著輕便褲裝及球鞋。
- 六、報名方式：填妥報名名單，於 114 年 10 月 16 日(星期四)上午 8:10-9:00，繳交至綜合球場暨集會場(風雨球場)報到處，逾時不受理。
- 七、比賽制度、競賽辦法：
 - (一) 每隊需報名 10 人(男女不拘)，且每人限參加一隊。如發現有隊員重複參賽，該隊將取消比賽資格。
 - (二) 本賽事為趣味計時接力賽，隊員依照棒次順序輪流出發，在相距 11.30 公尺的兩條線之間折返跑，途中需使用羽球拍運送乒乓球，每完成一趟折返可得 1 分。
 - (三) 若運送過程中乒乓球落地，須自行撿回並從球落地點重新出發。抵達起點後，將球拍交給下一位隊員繼續比賽。比賽限時 10 分鐘，依各隊於限時內累積的總得分數判定名次。
- 八、競賽獎：(全家禮卷)
 - 第 1 名 5,000 元、第 2 名 4,000 元、第 3 名 3,000 元、第 4 名 3,000 元
 - 第 5 名 2,000 元、第 6 名 2,000 元、第 7 名 1,000 元、第 8 名 1,000 元優勝名單將於 10 月 24 日前公告於本中心網站。
領獎期間：114 年 11 月 3 日起至 11 月 21 日止，領獎請攜帶職員證，以供核對。如委託他人領取，受託人應攜帶委託人職員證及禮券簽收用印章。
- 九、注意事項
 - (一) 報名參加本活動，即同意接受本活動之活動辦法與注意事項之相關規範，無法接受者請勿報名。
 - (二) 基於辦理本賽事所需，將依據個資法等相關法令規定，在本賽事目的範圍內蒐集之參與人員所提供之個人姓名、電話、電子郵件、職號、性別等個人資料，上述個人資料之蒐集、處理及利用，將僅限本校業務需要使用，並遵守個資法之規定。
 - (三) 比賽數據、成績及活動過程中拍攝、錄影等花絮，將供本校作為活動紀錄、獎勵依據、相關網站(或刊物)展出使用，參賽者並應同意肖像與成績，用於相關之紀錄或宣傳活動上。

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動·球球接力王羽拍平衡挑戰賽 報名表

隊名(8 個字以內)					
聯絡人			單位		連絡電話
棒次	姓名	職號	棒次	姓名	職號
1			6		
2			7		
3			8		
4			9		
5			10		

球球接力王羽拍平衡挑戰賽 比賽計分表

棒次	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
第 1 輪										
第 2 輪										
第 3 輪										
第 4 輪										
第 5 輪										
第 6 輪										
第 7 輪										
第 8 輪										
第 9 輪										
第 10 輪										
合計										

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動・健康體適能檢測

- 一、主辦單位：通識教育中心 體育教學中心
- 二、協辦單位：運動醫學系
- 三、贊助單位：全家便利商店
- 四、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：114 年 10 月 16 日(星期四) 下午 13:20 分起至下午 17:20 分止。
- 六、活動地點：濟世大樓 B2 康樂室，當日請穿著輕便褲裝及球鞋。
- 七、報名方式：本活動限額 200 名，開放現場報名(請攜帶手機掃描 QR-Code)。

活動當日 13:10 開始開放報名，最後報名時間為 16:20，逾時不受理。

八、活動說明：

- (一) 本活動由教育部體育署國民科技體適能計畫協助辦理，參加者需提供身份證字號、性別、出生日期、居住縣市及職業類別等資料，無法接受者請勿報名，謝謝合作。
- (二) 報到後請先填寫體適能檢測同意書。
- (三) 運動安全篩選表由檢測人員及測量血壓及詢問相關問題後填寫。
- (四) 檢測項目:身體組成分析(身體組成分析儀)、肌力適能(握力)、柔軟度(護貝式體前彎)、心肺適能(漸進式原地抬膝踏步)。
- (五) 檢測時間約 15 至 25 分鐘，檢測前半小時請勿進食，並請穿著輕便褲裝及球鞋。
- (六) 檢測完成後，請務必將檢測單繳回報到處並簽名，未繳交者將視同未完成檢測。
- (七) 請配合現場人流控管，若當下人數過多，請大家耐心等待，或依現場工作人員的建議時間進行檢測。

九、獎勵：檢測完成者每人可領取獎勵，全家禮卷 200 元。

領獎期間：114 年 11 月 3 日起至 11 月 21 日止，領獎請攜帶職員證，以供核對。
如委託他人領取，受託人應攜帶委託人職員證及禮券簽收用印章。

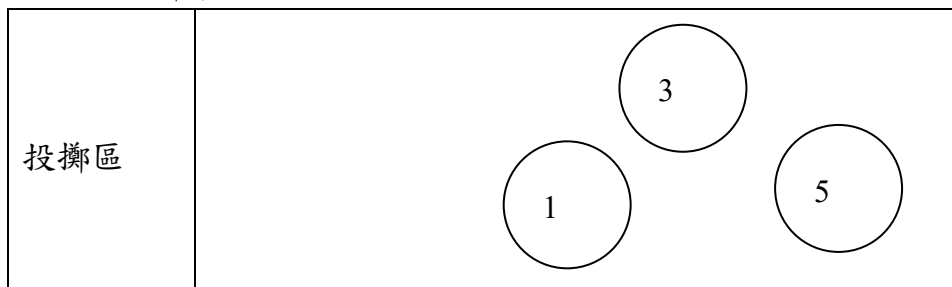
十、注意事項：

- (一) 報名參加本活動，即同意接受本活動之活動辦法與注意事項之相關規範，無法接受者請勿報名。
- (二) 基於辦理本賽事所需，將依據個資法等相關法令規定，在本賽事目的範圍內蒐集之參與人員所提供之個人姓名、電話、電子郵件、職號、性別等個人資料，上述個人資料之蒐集、處理及利用，將僅限本校業務需要使用，並遵守個資法之規定。
- (三) 比賽數據、成績及活動過程中拍攝、錄影等花絮，將供本校作為活動紀錄、獎勵依據、相關網站(或刊物)展出使用，參賽者並應同意肖像與成績，用於相關之紀錄或宣傳活動上。

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動·滾球擲準團體賽

- 一、主辦單位：通識教育中心 體育教學中心
- 二、贊助單位：全家便利商店
- 三、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。
- 四、活動日期：114 年 10 月 16 日(星期四) 15:00 報到；15:15 比賽
- 五、活動地點：本校法式滾球場(操場司令台南邊)，當日請穿著輕便褲裝及球鞋。
- 六、報名方式：填妥下方報名名單，於 114 年 10 月 16 日(星期四)上午 8:10-9:00，繳交至綜合球場暨集會場(風雨球場)報到處，逾時不受理。
- 七、比賽制度、競賽辦法：
 - (一) 每隊報名 6 人(男女不拘)，每人限報名一隊，若發現重複出賽者，全隊喪失比賽資格。
 - (二) 每人投擲 3 球，加總全隊隊員競賽得分，再以分數多寡判定名次。如有 2 隊、3 隊積分相同，各隊派 1 名隊員投擲 1 次，以最接近中心點者為勝。
 - (三) 滾球擲準位置如下：



- 八、競賽獎：(全家禮卷)
 - 第 1 名 3,000 元、第 2 名 2,400 元、第 3 名 1,800 元、第 4 名 1,800 元、第 5 名 1,200 元、第 6 名 1,200 元、第 7 名 600 元、第 8 名 600 元優勝名單將於 10 月 24 日前公告於本中心網站。
領獎期間：114 年 11 月 3 日起至 11 月 21 日止，領獎請攜帶職員證，以供核對。如委託他人領取，受託人應攜帶委託人職員證及禮券簽收用印章。
- 九、注意事項：
 - (一) 報名參加本活動，即同意接受本活動之活動辦法與注意事項之相關規範，無法接受者請勿報名。
 - (二) 基於辦理本賽事所需，將依據個資法等相關法令規定，在本賽事目的範圍內蒐集之參與人員所提供之個人姓名、電話、電子郵件、職號、性別等個人資料，上述個人資料之蒐集、處理及利用，將僅限本校業務需要使用，並遵守個資法之規定。
 - (三) 比賽數據、成績及活動過程中拍攝、錄影等花絮，將供本校作為活動紀錄、獎勵依據、相關網站(或刊物)展出使用，參賽者並應同意肖像與成績，用於相關之紀錄或宣傳活動上。

高雄醫學大學創校 71 週年校慶運動會

教職員工健康促進系列活動・滾球擲準團體賽 報名表

隊名(8 個字以內)					
聯絡人			單位		連絡電話
棒次	姓名	職號	棒次	姓名	職號
1			4		
2			5		
3			6		

滾球擲準團體賽 比賽計分表

輪次	第一輪				PK 賽			
隊員	1	2	3	小計				
隊員 1								
隊員 2								
隊員 3								
隊員 4								
隊員 5								
隊員 6								
合計								