

## 112 年度推廣教育計畫招訓簡章

<b>訓練單位名稱</b>	國立澎湖科技大學進修推廣部							
<b>課程名稱</b>	[銀髮健身俱樂部]愛派對班							
<b>報名/上課地點</b>	澎科大-進修推廣部 / 澎科大-本校體育館地下一樓韻律教室、銀髮健身俱樂部專業教室							
<b>報名方式</b>	<a href="#">線上報名</a>							
<b>訓練目標</b>	為因應超高齡社會來臨，應從前端開始推動活躍老化，強化社區初級預防功能，以達向前延伸預防功能。本校於111年起成立銀髮健身俱樂部，並從在地需求出發，推動社會責任，以照顧社區長輩，落實在地老化。							
<b>課程內容大綱 及時數</b>	日期	授課時間	時數	課程進度/內容	授課地點	學/術科	授課師資	助教
	*112/02/14	14:00-16:00	2	課程說明，功能性體適能檢測	銀髮俱樂部	術	邱詩涵	待聘
	112/02/21	15:30-16:30	1	愛健走 (iWALK) 是一種健康導向的室內健走運動課程，以簡易有氣步型、輕快活潑音樂及健走元素等，讓學員體驗前進後退不同協調控制，利用教室整體空間完成體適能練習，開啟教室內空間運動新概念。即使沒有舞蹈基礎的新朋友也能輕鬆地加入，課程簡單、有效果又有趣味性。	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	*112/03/01	10:00-11:00	1	愛派對 (iParty) 是一種舞蹈歌唱運動課程，將流行音樂結合基礎有氣步型，使每個人能夠輕鬆記住動作，不管是熱舞高手或沒有運動經驗的新朋友，都能獲得極大的樂趣與運動效果。透過音樂風格的變換和動作強度設計，有效提升心肺能力，歡樂有趣的舞蹈課程，讓學員盡情運動同時享受演唱會般的感受，讓運動就像開派對！	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/03/07	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/03/14	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/03/21	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/03/28	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/04/11	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/04/18	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/04/25	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/05/09	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/05/16	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/05/23	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/05/30	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/06/06	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	112/06/13	15:30-16:30	1	愛健走	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓
	*112/06/19	10:00-12:00	2	課程回饋，功能性體適能檢測	銀髮俱樂部	術	邱詩涵	江依蓓
	112/06/20	15:30-16:30	1	愛派對	韻律教室	術	邱詩涵	江依蓓

招訓對象 及資格條件	<ol style="list-style-type: none"> <li>適合 50 歲(含)至 70 歲(含)長者。</li> <li>以 65 歲以上長者為優先錄取，55 至 64 歲民眾可共同參與。</li> </ol>
遴選學員標準 及作業程序	<ol style="list-style-type: none"> <li>報名方式：一律採【網路報名】(請至本部官網查詢) <ul style="list-style-type: none"> <li>● 本部收到報名資料後，會寄送「繳費通知」至報名者電子信箱(請務必填寫有效信箱)，報名順序依提交完成時間排序。</li> <li>● 若無法聯繫或逾期 未完成，視為報名失敗，則由備取人員依序遞補</li> <li>● 若有相關疑問，請電洽承辦人員：06-9264115#1405。</li> </ul> </li> <li>線上報名表公告於本部網站(澎科大網站→(行政單位)進修推廣部)。</li> </ol>
招訓人數	30 人(25 開班，30 人額滿)
報名起迄日期	即日起-112/02/07
預定上課時間	<p>112 年 02 月 14 日(星期二)至 112 年 06 月 20 日(星期二)</p> <p>每周三 15:30-16:30</p>
授課師資	邱詩涵老師
費用	<ol style="list-style-type: none"> <li>實際參訓費用 每人新臺幣 1,800 元整</li> <li>繳款方式：【現場繳款】 請攜費用(備妥零錢)於上班日到進修推廣部繳款。 (本校教學大樓 1F，教學大樓於大門口進入後右手邊)</li> </ol>
退費辦法	依「專科以上學校推廣教育實施辦法」退費標準辦理
說明事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>本課程得先收取全額訓練費用。</li> <li>全程參與上課之學員或缺課未達上課時間總時數三分之一者，頒發推廣教育研習證書。</li> <li>每班報名人數如未達最低開班人數，本校保有不開班的權利，將退還學員所繳之報名費。</li> <li>如遇風災、地震或重大災害等不可抗力之因素所造成的停課事項，當日課程原則上將另擇日補課乙次，惟時間需與任課老師協商後再行通知。</li> <li>本班無補課機制，課程需均於當期修習完畢，謝絕旁聽或孩童同伴或找人代為上課。</li> <li>學員於修讀期間應遵守本校規定，如有不當行為影響授課或其他學員，經通知仍未改善者，本部得取消其修讀資格，且不予退費。</li> <li>本部保有最終修改此招生簡章權利。本簡章如有未盡事宜，悉依本校相關規定辦理；課程資訊如有相關異動，以本校網站公告為準。</li> <li>退費方式：學員完成報名繳費後，因故申請退費，需保留保留收據或轉帳方式證明，以做為辦理退費佐證。並依「專科以上學校推廣教育實施辦法」退費標準辦理；退款時，學員需填寫「學員退費憑證」及提供「學員本人身分證正反面、存摺封面影本」。</li> </ol> <p>(一)學員自報名繳費後至開班上課日期申請退費者，退還已繳學費等各項費用之九成；自開班上課之日起算未逾全期三分之一申請退費者，退還已繳學費等各項費用之半數；開班上課時間已逾全期三分之一始申請退費者，不予退還。</p>

	(二) 若未開班，全數費用退還。已繳代辦費應全額退還。但已購置成品者，發給成品。
訓練單位 連絡專線	國立澎湖科技大學 進修推廣部 教學大樓 1F 電話：06-9264115#1405 本部網站： <a href="https://ppt.cc/fpPGjx">https://ppt.cc/fpPGjx</a> 信箱： <a href="mailto:career@gms.npu.edu.tw">career@gms.npu.edu.tw</a> 本部上班時間，平日：15:00 - 21:00；寒暑假期間 9:00- 17:00（中午休息 12:00-13:30），假日停止受理。
其他	

※報名前請務必仔細詳閱以上說明。