

中華民國元極舞協會
110 年度新舞教學隊研習會
實施計劃



- 一、宗旨：培養元極舞教練人才，促進元極舞教學推廣；提高元極舞技術水準，建立元極舞教練制度。
- 二、依據：中華民國體育運動總會教練制度實施準則及本會教練制度實施辦法辦理。
- 三、指導單位：中華民國體育運動總會
- 四、主辦單位：中華民國元極舞協會、臺中市政府運動局、臺中市體育總會
- 五、承辦單位：臺中市體育總會元極舞委員會
- 六、講習日期：110 年 11 月 26~28 日
- 七、講習地點：清水國中學生活動中心-清水區鰲峰路 250 號，第 1 天以 Line 群組雲端方式實行報到及開訓。
- 八、參加資格：資格條件：
 - 1、本會會員滿三年以上
 - 2、年滿 20 歲以上
 - 3、擔任各隊教練 3 年
 - 4、高級中學(含同等學歷)以上畢業者
 - 5、具備教學隊教練資格者
- 九、報名手續：1. 填具報名表，自即日起經各縣市協會(委員會)向中華民國元極舞協會報名(電話:02-28385070 住址：臺北市士林區文林路 594 巷 14 號 2 樓)。
- 十、開班人數：約 150 人。
- 十一、講習內容：如講習課程表。
- 十二、參加學員不得缺席、遲到早退。
- 十三、如本計劃未如詳盡，得修改之。
- 十四、本計劃報請中華民國體育運動總會核准實施。

111 年新舞集『旋風竅鳴』研習營課程表

第一天（星期五）LINE 群組

序	時間	課程內容	負責人
1	16:00~16:30	所有準備工作	各組工作人員
2	16:30~17:00	學員報到	報到組
3	17:00~17:30	分組、抽籤	李瑞琴總部長
4	17:30~18:00	開訓	廖美珠總會長

第二天（星期六）清水國中

序	時間	課程內容	負責人
	08:00~08:30	所有準備工作	各組工作人員
	08:30~09:00	學員簽到	報到組
	09:00~09:20	整隊	廖美珠總會長
一	09:20~11:50	旋風竅鳴一	教學部
	11:50~12:00	大合照	黃惠蓉部長
	12:00~13:00	午餐休息	餐飲組
二	13:00~14:40	旋風竅鳴二	教學部
	14:40~15:00	休息	
三	15:00~16:40	旋風竅鳴三	教學部
	17:00~18:30	聯誼餐敘	清水成都餐廳

第三天（星期日）清水國中

序	時間	課程內容	負責人
	08：00～08：20	工作人員報到	各組工作人員
	08：20～08：40	學員簽到	報到組
	08：40～09：40	旋風竅鳴一～三練習	教學部
	09：40～10：00	休息	
四	10：00～12：00	旋風竅鳴四	教學部
	12：00～13：00	午餐休息	餐飲部
五	13：00～14：30	旋風竅鳴五	教學部
	14：30～14：50	休息	
六	14：50～16：00	旋風竅鳴總複習	教學部
	16：00～16：30	綜合座談	廖美珠總會長
	16：30～17：00	收拾整理、賦歸	全體