

113 年度回饋設施游泳館回饋活動訓練班招生實施辦法

報名資格：游泳訓練班、簡易急救訓練班：凡設籍回饋各里之居民，年滿 10 歲以上，身高滿 120 公分以上，男女不拘。

報名地點：中區資源回收廠回饋設施泳館售票處。

地址：高雄市三民區大裕路 333 號。電話：310-3043

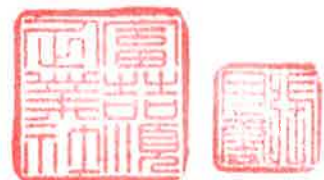
報名資料：

- 一、報名表（依報名日期領取報名表，報名表請至售票口索取）。
- 二、14 歲以上之里民請出示國民身份證正本或經本回饋設施游泳池蓋章之影印本、14 歲以下無身份證者請備戶口名簿正本或經本回饋設施游泳池蓋章之影印本。

月份	開班期別	報名日期	開班日期	上課時間
7	簡易急救訓練班	113/08/02~21	113/08/24	0800~1200
7	初級游泳訓練班 1	113/06/22~28	113/07/02~05	0600~0800
	進階游泳訓練班 1			1330~1530
	進階游泳訓練班 2	113/07/06~12	113/07/16~19	0600~0800
	初級游泳訓練班 2			1330~1530
8	初級游泳訓練班 3	113/07/23~31	113/08/06~09	0600~0800
	進階游泳訓練班 3			1330~1530
	進階游泳訓練班 4	113/08/10~16	113/08/20~23	0600~0800
	初級游泳訓練班 4			1330~1530

注意事項：

- 一、每戶限報 2 名，每人限報一班。
- 二、每班人數最多取 20 名為限。
- 三、上課學員名單公佈於游泳館售票窗口，請自行前往查看，恕不另行通知。
- 四、錄取人員請於開班日期前，在開館時間內至游泳館售票窗口領取上課證。
- 五、上課學員資格概不受理申請轉班、保留及替換；另學員因故缺課時不予以補課。
- 六、憑上課證按照錄取班別上課，並交由工作人員查驗。上課證遺失請至本游泳館辦理申請補發（以一次為限）。
- 七、上課時間謝絕旁聽，以免影響上課秩序。
- 八、遇天災（如：颱風、水災、地震，市府宣布各級機關學校不上班上課）日後不予補課。
- 九、開課日期、時間，請學員依課程表排定時間，自購保險票後至大廳集合。
- 十、每班所需教材、書籍、用具、服裝、裝備等，視各班需要由指導教練公佈，請學員自行購置。
- 十一、內容如有更正，以當日游泳館現場公告為主。
- 十二、學員上課期間如遇疫情，請自備口罩全程配戴，如有接觸史或發燒咳嗽及呼吸急促症狀等，請盡速就醫或在家休養，請勿參加課程。



高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館

113 年度回饋游泳訓練班招生實施計畫

一、宗旨：

高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館設施為回饋周邊行政里里民，倡導正當休閒活動，提供里民免費游泳教學訓練課程，以提升里民之生活品質，擴展生活領域，促進身心平衡健全發展。

二、辦理單位：富喆順企業社

三、報名資格：

凡居住高雄市以下各里(村)之居民，年滿 10 歲以上，身高滿 120 公分以上，男女不拘。

三民區：鼎金里、鼎盛里、鼎強里、鼎力里、鼎西里、鼎中里、鼎泰里、本館里、本和里、本文里、本武里、本元里、本安里、寶中里、寶珠里、寶興里、寶龍里、灣子裡、灣愛里、灣中里、灣華里、灣勝里、灣利里、灣復里、正興里、正順里、灣興里、灣成里、本上里、本揚里、寶玉里、寶泰里、寶業里、寶國里、寶華里、寶慶里、寶民里、寶獅里、寶德里、寶安里、寶盛里、安宜里、安邦里、十全里、十美里、德東里、德西里、德北里、立誠里、立業里、建東里、興德里、鳳北里、鳳南里、千歲里、立德里、千北里、千秋里、豐裕里、力行里、裕民里、川東里、安吉里、安發里、安康里、安寧里、安生里、德智里、德仁里、同德里、安東里、安和里、達明里、達德里、達仁里、達勇里、博愛里、博惠里、港新裡、長明里、港東里、港西里、安泰里、民享里、德行里、精華里，共 86 里。

左營區：新上里、新中里、菜公里、福山里，共 4 里。

烏松區：大華里、烏松里、夢裡里，共 3 里。

仁武區：大灣里、八卦里、赤山里、高楠里、五和里，共 5 里。

以上共 98 個里居民。

四、報名時間：本實施計畫奉核後，按回饋游泳訓練班各班課程預定表公告及報名時程實施。

五、報名地點：

中區資源回收廠回饋設施游泳館。

地址：高雄市三民區大裕路 333 號。

電話：310-3043

六、報名必備資料：

(一) 報名表(請至報名地點索取)。

(二) 14 歲以上之里民請出示國民身份證正本或經本回饋設施游泳池蓋章之影印本、14 歲以下無身份證者請備戶口名簿正本或經本回饋設施游泳池蓋章之影印本。

七、上課時間：如表列。

八、上課地點：

中區資源回收廠回饋設施游泳館。



地址:高雄市三民區大裕路 333 號。

電話: 310-3043

九、招訓班次時程及課程內容:

- (一) 初級游泳訓練班:113 年 7 月開班,共 2 班次。
- (二) 初級游泳訓練班:113 年 8 月開班,共 2 班次。
- (三) 進階游泳訓練班:113 年 7 月開班,共 2 班次。
- (四) 進階游泳訓練班:113 年 8 月開班,共 2 班次。
- (五) 簡易急救訓練班:113 年 8 月開班,共 1 班次。

十、附則

- (一) 每戶限報 2 名,每人限報一班。
- (二) 每班人數最多取 20 名為限,惟報名人數未達 5 人不予開班。
- (三) 上課學員名單公佈於游泳館售票窗口,請自行前往查看,恕不另行通知。
- (四) 錄取人員請於開班日期前,在開館時間內至游泳館售票窗口領取上課證。
- (五) 上課學員資格概不受理申請保留及替換;另學員因故缺課時不予以補課。
- (六) 憑上課證按照錄取班別上課,並交由工作人員查驗。上課證遺失請至本游泳館辦理申請補發(以一次為限)。
- (七) 上課時間謝絕旁聽,以免影響上課秩序。
- (八) 遇天災(如:颱風、水災、地震,市府宣布各級機關學校不上班上課)日後不予補課。
- (九) 開課日期、時間,請學員依課程表排定時間,自購保險票後至大廳集合。
- (十) 每班所需教材、書籍、用具、服裝、裝備等,視各班需要由指導教練公佈,請學員自行購置。
- (十一) 簡章內容如有更正,高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館另以當日現場公告為主。
- (十二) 學員上課期間如遇疫情,請自備口罩全程配戴,如有接觸史或發燒咳嗽及呼吸急促症狀等,請盡速就醫或在家休養,請勿參加課程。



(十三) 高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館(回饋游泳訓練班)報名表

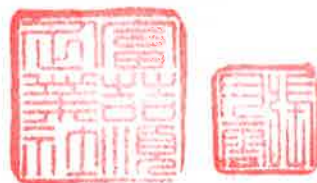
	姓名		身分證 字號							*	*	*	*	*
	性別	<input type="checkbox"/> 男	血型		特殊疾病	<input type="checkbox"/> 有 _____ (請註明)								
		<input type="checkbox"/> 女	身高			cm	<input type="checkbox"/> 無							
出生	民國 年 月 日				電話	公宅： 行動電話： e-mail：								
戶籍地址	市 區 里 鄰 路 段 巷 弄 號 樓 之													
備註	自行購票入場、自備泳具													
緊急 連絡人		關 係		聯 絡	電話： 地址：									

1.具特殊疾病者請附上醫師證明以示從事本項活動無安全顧慮之虞，若有隱瞞而發生意外者，恕本館不予負責。

高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館(回饋游泳訓練班)報名表

	姓名		身分證 字號								*	*	*	*	*
	性別	<input type="checkbox"/> 男	血型		特殊疾病	<input type="checkbox"/> 有 _____ (請註明)									
		<input type="checkbox"/> 女	身高			cm	<input type="checkbox"/> 無								
出生	民國 年 月 日				電話	公宅： 行動電話： e-mail：									
戶籍地址	市 區 里 鄰 路 段 巷 弄 號 樓 之														
備註	自行購票入場、自備泳具														
緊急 連絡人		關 係		聯 絡	電話： 地址：										

1.具特殊疾病者請附上醫師證明以示從事本項活動無安全顧慮之虞，若有隱瞞而發生意外者，恕本館不予負責。



回饋游泳訓練班課程表

初級游泳訓練班 1

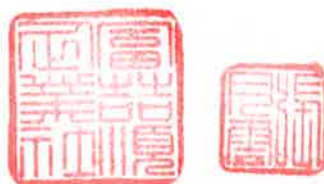
1. 報到。
2. 下水須知。
3. 適應水性。
4. 水中行走。
5. 韻律呼吸。
6. 漂浮。
7. 腳部打水動作講解示範及練習。
8. 手部划水動作講解示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 06 月 22 日至 06 月 28 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 06 月 29 日上午 11：00。

初級游泳訓練班 2

1. 報到。
2. 下水須知。
3. 適應水性。
4. 水中行走。
5. 韻律呼吸。
6. 漂浮。
7. 腳部打水動作講解示範及練習。
8. 手部划水動作講解示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 07 月 06 日至 07 月 12 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 07 月 13 日上午 11：00。



回饋游泳訓練班課程表

進階游泳訓練班 1

1. 自由式姿勢動作修正調整。
2. 蛙式手部及腳部動作講解、示範、練習。
3. 蛙式聯合動作講解、示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 06 月 22 日至 06 月 28 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 06 月 29 日上午 11：00。

進階游泳訓練班 2

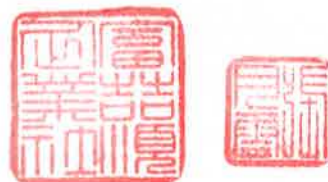
1. 自由式姿勢動作修正調整。
2. 蛙式手部及腳部動作講解、示範、練習。
3. 蛙式聯合動作講解、示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 07 月 06 日至 07 月 12 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 07 月 13 日上午 11：00。

初級游泳訓練班 3

1. 報到。
2. 下水須知。
3. 適應水性。
4. 水中行走。
5. 韻律呼吸。
6. 漂浮。
7. 腳部打水動作講解示範及練習。
8. 手部划水動作講解示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 07 月 23 日至 07 月 31 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 08 月 02 日上午 11：00。



回饋游泳訓練班課程表

初級游泳訓練班 4

1. 報到。
2. 下水須知。
3. 適應水性。
4. 水中行走。
5. 韻律呼吸。
6. 漂浮。
7. 腳部打水動作講解示範及練習。
8. 手部划水動作講解示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 08 月 10 日至 08 月 16 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 08 月 17 日上午 11：00。

進階游泳訓練班 3

1. 自由式姿勢動作修正調整。
2. 蛙式手部及腳部動作講解、示範、練習。
3. 蛙式聯合動作講解、示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 07 月 23 日至 07 月 31 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 08 月 02 日上午 11：00。

進階游泳訓練班 4

1. 自由式姿勢動作修正調整。
2. 蛙式手部及腳部動作講解、示範、練習。
3. 蛙式聯合動作講解、示範及練習。

1. 報名方式：現場報名。
2. 報名日期：自公告日 113 年 08 月 10 日至 08 月 16 日止（泳池開放時間）。
3. 錄取公告日期：113 年 08 月 17 日上午 11：00。



高雄市政府環境保護局中區資源回收廠回饋設施游泳館
簡易急救訓練班各班課程預定表

月 份	開班期別	報名日期	開班日期
8	簡易急救訓練班	113年08月02日至 08月21日止	113年8月24日



簡易急救訓練班課程表

簡易急救訓練班

1. 報到。
2. 安全須知。
3. 急救概述。
4. 人工呼吸。
5. 心肺復甦術(CPR)。
6. 自動體外心臟去顫器(AED)。
7. 呼吸道具物梗塞。

- 1、報名方式：現場報名。
- 2、報名日期：自公告日 113 年 08 月 02 日至 08 月 21 日止（泳池開放時間）。
- 3、錄取公告日期：113 年 08 月 23 日上午 11：00。

