

# 國立屏東科技大學 體育室 通知

受文者：本校各單位、系所

發文日期：108 年 02 月 15 日

發文字號：屏科大體字第 1080215001 號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：普通

附件：如文

主旨：公告 107 學年度第二學期本室所轄場地開放時間表、  
申辦游泳證、體適能中心注意事項及活力運動班招生  
事宜，請 查照。

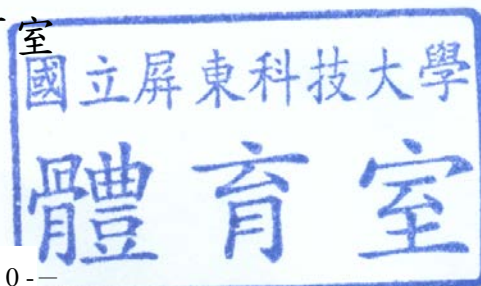
說明：

- 一、開放時間如附件一 (P.1)，敬請公告。
- 二、辦理游泳證者，自 03 月 04 日起可至游泳池，受理辦證，收費標準如附件二 (P.2)。
- 三、體適能中心採網路預約制，各開放時段前三日可至本室網站登記，入場時依各身分別收費。
- 四、為推廣健康校園 107-2 本室開設活力運動班，報名自 2 月 18 日起至各班額滿為止，招生資訊如附件三 (P.3)，本學期起採線上報名詳本室網站-報名專區。

正本：本校各單位、系所

副本：體育室

體育室



啓

107-2 體育室所轄場地開放時間表

開放日期：108 年 02 月 25 日（星期一）至 06 月 08 日（星期六）						
場地名稱	週一	週二	週三	週四	週五	週六
體適能中心	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20	12：20-13：20 17：30-20：30	12：20-13：20	12：20-13：20 17：30-20：30	14：00-17：00
室內籃球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20 17：30-20：30	14：00-17：00
室內排球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20	12：00-13：20 17：30-20：30	14：00-17：00
羽球場	12：00-13：20 15：30-20：30 (夜間開放 5-7 場)	12：00-13：20 17：30-20：30 (夜間開放 5-7 場)	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30 (夜間開放 5-7 場)	12：00-13：20 17：30-20：30	14：00-17：00
桌球室	12：00-20：30 夜間開放 1-5 場	12：00-20：30	12：00-20：30 夜間開放 1-5 場	12：00-20：30	12：00-20：30 夜間開放 1-5 場	08：00-17：00 開放 1-5 場
舞蹈教室	13：30-20：30	X	X	13：30-20：30	13：30-20：30	08：00-17：00
技擊教室	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	08：00-17：00
田徑場	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	08：00-17：00
室外籃球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-17：00
PU 網球場	12：00-20：30	12：00-20：30 (夜間開放 3-4 場)	12：00-20：30 (夜間開放 3-4 場)	12：00-20：30 (夜間開放 3-4 場)	12：00-20：30	08：00-17：00
室外排球場	12：00-13：20 15：30-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	12：00-20：30	08：00-17：00
西側門廣場	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
噴水池	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	12：00-13：20 17：30-20：30	08：00-17：00
開放日期：108 年 03 月 04 日（星期一）至 06 月 15 日（星期六）						
游泳池	15：30-20：30	17：30-20：30	15：30-20：30	17：30-20：30	15：30-20：30	14：00-18：00

**注意事項：**

1. 場地優先使用順序：(1) 上課 (2) 學校代表隊訓練 (3) 完成借用手續者。
2. 使用場地請於 **14 天前** 至體育室事先登記，方能享有優先使用權利。
3. 體適能中心依「本校運動場地設施管理辦法」規定，必須辦證方可進入活動。
4. 期中考週及期末考前一週起、國定假日及其他不適宜開放天候期間，暫停開放，但教職員工聯誼會及校隊訓練使用者除外，時間另訂。
5. 運動器材（球拍、球具）請自備。
6. 運動場館區全面禁煙、並嚴格禁止攜帶任何飲料、食品、寵物進入（飲用水、礦泉水除外）。
7. 為維護上課品質，除以上公告開放時間，運動場地其餘時間禁止進入活動，謝謝您的合作。

體育室 啓

附件二：

## 收費標準

游泳證 收費標準				
清潔費別	組別	學生及 長青人士	教職員	其他人士
單次		20 元	30 元	50 元
月票		150 元	225 元	375 元
年票		1,000 元	1,500 元	2,500 元
預售卡：		15 次：240 元	15 次：360 元	15 次：600 元
15 次、30 次		30 次：420 元	30 次：630 元	30 次：1050 元
<p>註：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>為維護女性因生理期間之公平權益，凡女性辦證，依記名(年/月票)現行收費標準之 75 折優惠價(計次回數清潔費除外)。</li> <li>長青人士是指年齡 65 歲以上教職員工生及校外人士。</li> <li>辦理游泳證者請至體育室及游泳池辦公室索取「游泳證申請表」或本室網頁下載後，請攜帶相關身分證明文件、一寸相片 1 張至游泳池辦理。</li> </ol>				

體適能證 收費標準		
本校學生	30/次	<ol style="list-style-type: none"> <li>本校學生憑學生證每次清潔維護費 30 元，教職員憑服務證每次清潔 50 元，非學生之其他人士每次收費 100 元。</li> <li>採網路預約制，凡預約三次不到者，兩週內不得申請。</li> <li>如體能不適、氣喘及其他疾病者不建議使用。</li> <li>每次每時段至多使用限 1.5 小時。</li> <li>收費標準依本校運動場地設施管理辦法。</li> <li>其他規定詳體適能中心使用規則。</li> </ol>
教職員	50/次	
其他人士	100/次	

# 想要輕鬆擁有健康與美麗嗎？ 想要享受 加倍燃燒熱量 的快感 那就快來參加"活力運動班"

## 宣 傳

本校為提倡「健康校園」之願景，強化本校師生之體能：  
重金禮聘高雄市知名有氧教室資深教練  
及救國團社區大學等任課教練蒞校開班授課。  
本次活動分為7班，課程內容有以下：

- 瑜珈週一班：基礎瑜珈、修復瑜珈、前伸展體式
  - 瑜珈週三、週五班：站姿、開髖、核心、拜日式、療癒瑜珈
  - 有氧日週二班：基礎有氧、間歇性訓練、燃脂雕塑
  - 瑜珈夜週二班：基礎瑜珈、伸展瑜珈、流動瑜珈
  - 有氧日週四班：iparty愛派對有氧
  - 有氧夜週三班：拉丁有氧、階梯有氧、活力有氧、派對有氧
- 1、上課日期&時間：



- 瑜珈週一班：03.04~06.10，約15堂。每週一 12:30-13:30
- 瑜珈週三班：06.06~06.12，約14堂。每週三 12:30-13:30
- 瑜珈週五班：03.08~06.14，約13堂。每週五 12:30-13:30
- 瑜珈夜二班：03.05~06.11，約15堂。每週二 17:30-18:30
- 有氧日二班：03.05~06.11，約15堂。每週二 12:30-13:30
- 有氧日四班：03.07~06.13，約14堂。每週四 12:30-13:30
- 有氧夜三班：03.06~06.12，約14堂。每週三 17:30-18:30



2、上課地點：孟祥體育館二樓舞蹈教室

3、參加人數：每班30名學員，額滿為止。※"已報名並完成繳費者為先"。如招生未滿，恕不開班 線上報名 <http://pe.npust.edu.tw/>

4、參加對象：本校教職員工及學生

5、報名費用：各班別600元

6、報名方式："02/18(一)"起至各班額滿為止，

線上報名後請至體育室現場繳費方完成報名手續。

7、聯絡方式：侯小姐#6481※報名請至體育室網站報名專區。



~ 歡迎您一起加入健康的行列！ ~