

## 臺南市105年度推動 SH150暨國民體育日親子健走活動實施計畫

悠遊臺南·迎向健康「走訪八田—探訪嘉南好水」親子健走活動

### 一、依據:

- (一)教育部體育署105年5月3日臺教體署學(三)字第1050012682號函辦理。
- (二)國民體育法第3條「國民體育，對我國固有之優良體育活動，應加以倡導及推廣，並明定每年九月九日為國民體育日」。

### 二、目的:

- (一)落實推動國民體育日及 SH150每週在校運動150分鐘計畫，提升學生運動參與，激發運動風氣，培養終身運動習慣，提升國民運動成效與健康。
- (二)為培育學生運動知能，激發學生運動動機及興趣，養成規律運動習慣，奠定終身參與身體活動的能力與態度。
- (三)配合國民體育日規劃辦理多元體育活動並強化宣導運動觀念，以提升民眾運動參與意識及運動知能，藉以激發國人運動風氣。

### 三、指導單位:教育部體育署

### 四、主辦單位:臺南市政府

### 五、承辦單位:臺南市將軍區漚汪國民小學

### 六、協辦單位:臺南市體育總會體育志工委員會、嘉南水利會烏山頭水庫風景區管理處

### 七、實施日期:105年9月24日(六)上午八時起

### 八、健走路線:烏山頭水庫入口>親水公園>香榭大道>天壇公園(認證點)>中正公園>大霸行人步道區(認證點)>八田與一銅像>親水公園 全程約5公里

### 九、參加對象:臺南市各國中小學學生，惟國小學生需家人一人陪同(陪同者需高中以上年齡，限一人)，以報名先後順序500人額滿為止。(以機關統一報名為限)

### 十、報名期限:即日起至9月2日止。(額滿提前截止)

### 十一、報名方式:

- (一)由各校統一報名，參加人員每位繳交100元保證金(全程參與後現場領回，未參加者保證金充當活動經費)
- (二)各校報名完成後，報名表傳送漚汪國小黃盈瑛小姐信箱(inin0822@hotmail.com)、保證金請匯款至活動專戶:臺南市將軍區漚汪國民小學保管款專戶(代碼:6180184，帳號:00184160094469)

### 十二、獎勵:參加人員活動當天免費進入烏山頭水庫風景區，並贈送活動紀念衫乙件，活動當天穿著紀念衫入園參與健行活動，全程參與後退還保證金。

### 十三、注意事項:

- (一)請自備太陽眼鏡、小腰包、水壺、雨具等，並攜帶健保卡、個人藥品及更換衣物。
- (二)本活動贈送參加人員，每人紀念衫一件，礦泉水及餐點。
- (三)個人貴重物品請自行保管，若有遺失主(承)辦單位概不負責。

- (四) 本活動大會投保公共意外責任保險。
- (五) 報名參加人員須自行考量身體狀況並注意安全。
- (六) 如因天候影響如大雨等因素，主辦單位有權利變更活動之相關路線等。
- (七) 參加人員名冊與注意事項，將於9月9日前於將軍區漚汪國小首頁 <http://www.owes.tn.edu.tw> 公告，  
請務必上網查看。

十四、 活動流程：

悠遊臺南·迎向健康「走訪八田—探訪嘉南好水」親子健走活動流程表

項次	時間	活動內容	地點	負責人
1	07:30-08:00	活動人員報到	親水公園	漚汪國小
2	08:00-08:10	活動集結	親水公園	漚汪國小
3	08:10-08:30	活動開幕	親水公園	漚汪國小
4	08:30-10:30	鳴槍健行	烏山頭水庫風景區	體育志工委員會
5	10:30-12:30	運動體驗與宣導	烏山頭水庫風景區	漚汪國小
6	12:30-	賦歸		漚汪國小

105年臺南市推動 SH150暨國民體育日親子健走活動

悠遊臺南・迎向健康「走訪八田－探訪嘉南好水」親子健走活動報名表

單位： 國中

聯絡電話〈或行動〉：

聯絡人：

聯絡地址：

序號	班級	姓名	性別	出生日期	身份證字號	紀念衫 (請註明S、M、L...)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

合計： 人

衣服尺寸統計：

2S	S	M	L	XL	2L	3L
----	---	---	---	----	----	----

--	--	--	--	--	--	--

105年臺南市推動 SH150暨國民體育日親子健走活動

悠遊臺南·迎向健康「走訪八田—探訪嘉南好水」親子健走活動報名表

單位： 國小

聯絡電話〈或行動〉：

聯絡人：

聯絡地址：

序號	班級	姓名 學生 家長	性別	出生日期	身份證字號	紀念衫 (請註明 S、M、 L...)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

合計： 人

衣服尺寸統計：

2S	S	M	L	XL	2L	3L

