

## 11501 校隊訓練

(1)課後時段：日期 115 年 8 月 31 日~116 年 1 月 19 日，共 21 週。

(2)晨練：日期 115 年 9 月 8 日 115 年 12 月 31 日，遇期中考週暫停一週。

| 名稱            | 練習時段                                                                                      | 練習地點(晴/雨)                          | 授課教師                     |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------|
| 扯鈴            | ※晨練：週二三四<br>07: 50-08:30<br>※課後：週一四<br>15:50-17:20                                        | 中庭/穿堂                              | 劉守翔<br>陳一帆<br>吳鎮宇        |
| 足球            | ※晨練：週二三<br>07:50-08:30<br>※課後：<br>週一二四五<br>15:50-17:20<br>週三<br>12:40-15:50               | 操場/器材室前<br>週三 1240-1310 2F 活動中心    | 鍾芷昀<br>曾鈺珊               |
| 羽球            | ※晨練：週二三四<br>07:50-08:30<br>※課後：<br>週一二四五<br>15:50-18:10                                   | 2F 活動中心                            | 林冠羽<br>江兆均<br>廖柏棟<br>林子綺 |
| 籃球            | ※晨練：週二三四<br>07:50 08:30<br>※課後<br>週一：15:50-17:20<br>週三：12:40-15:50<br>週六：1300-1540(連假不練習) | 5F 空中球場/2F 活動中心<br>週三 1240 2F 活動中心 | 詹志偉<br>吳諺麟               |
| 疊杯            | 晨練：週二四 07:50-08:30                                                                        | 自然教室                               | 吳珈綺                      |
| 田徑            | 晨練：週二三四 07:30-08:30                                                                       | 操場/體育器材室旁                          | 李益生<br>林盈辰               |
| 女子桌球<br>(低年級) | 每週一三四五：<br>12:40-14:00 午休含作業指導<br>14:00-15:50 練球                                          | 活動中心                               | 陳慈庭                      |
| 女子桌球<br>(中年級) | 每週一四：15:50-18:10練球                                                                        | 活動中心                               | 陳慈庭                      |