**中華民國冰石壺協會113年度冰石壺訓練營**

**進階班實施計畫**

1. 目的：
   1. 針對有潛能及興趣從事冰石壺運動者，提供專業訓練，提升競技能力。
   2. 針對參加過本會冰石壺訓練營、體驗營等學員，提供進階專業訓練，擴大本會培育優秀選手之來源。
   3. 確保選手參賽安全及競技水平，比照各冬季運動國際總會策略，先辦訓練營再辦比賽。
   4. 培訓參加本會辦理113年全國冰石壺錦標賽之選手。
2. 主辦單位：中華民國冰石壺協會。
3. 協辦單位：台北市冰壺協會、土城國民運動中心3樓冰宮。
4. 舉辦日期：113年6月20、27日、7月4、11、18、25日、8月1及15日，晚上7時00至9時30分，共8天。
5. 舉辦地點：土城國民運動中心冰宮-酷冰Frozone（新北市土城

區金城路二段247-1號三樓）

1. 參加對象及資格：
   1. 凡參加過本會辦理之冰石壺訓練營、育樂營、體驗營者（不含身心障礙組）。
   2. 身體條件：身心健康、具備可以參加冬季運動及冰上自我保護之能力者。
2. 報名方式：
3. 報名日期：即日起至113年6月11日(星期二)下午5時止。
4. 報名人數：60名為限。
5. 費用說明：因此練營為免費報名參與，希望大家珍惜補助源，酌收保證金1000元，3堂課(含)以上未到者，不予退還。
6. 報名網址：https://docs.google.com/forms/d/1qnRglQLCPh0gmtzIRgj5-ToveCgCZ2uzt3h6cd-3Ux8/edit
7. 連絡電話：02-23219818、電子信箱：[tpecurling@gmail.com](mailto:tpecurling@gmail.com)、本會會址：臺北市萬華區艋舺大道101號2樓
8. 課程內容：課程表如附表。
9. 性騷擾申訴管道：
   1. 本會。
   2. 報案電話：110、113；法定通報：各縣市家暴及性侵害防治中心。
10. 預期效益：
    1. 學員參與訓練營後，具備相關冰石壺競技技能、有潛力成為選手，持續接受培訓。
    2. 完訓學員組隊參加113年全國冰石壺錦標賽；第3屆全國冰石壺錦標賽參賽隊數合計20隊以上。

附表

**中華民國冰石壺協會113年度冰石壺訓練營課程表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 六月份 | 6/20(四) | 6/27(四) |
| 19：00~21：30 | 基本動作練習  個人技術動作調整 | 基本動作練習  個人技術動作調整 |
| 七月份 | 7/4(四) | 7/11(四) |
| 19：00~21：30 | 基本動作練習及  戰術應用演練 | 基本動作練習及  戰術應用演練 |
|  | 7/18(四) | 7/25(四) |
| 19：00~21：30 | 冰石壺  刷冰練習 | 冰石壺  隊長領導方法 |
| 八月份 | 8/1(四) | 8/15(四) |
| 19：00~21：30 | 冰石壺  團隊策略探討 | 冰石壺  比賽模擬 |