

活動名稱：2016 高雄水域遊憩- 揪愛水高雄

揪愛水高雄官方網站

[www.2016waterfunkh.com.tw](http://www.2016waterfunkh.com.tw)

進入後右下角有報名處



再進入



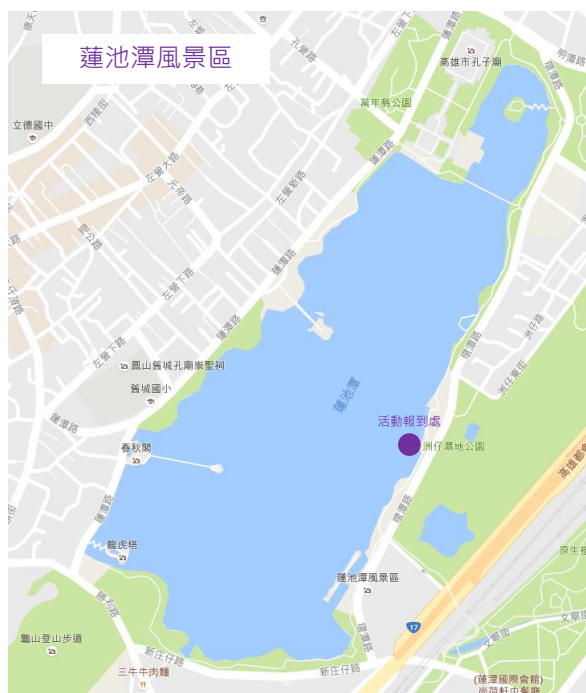
建議報名此研習營，其他亦可以報名

## (二)水域研習營

1. 活動日期：105 年 9 月 24 日至 10 月 1 日，共計 3 場次，如下表。

序號	日期	水域活動項目	地點	主題	媒體宣傳
1	9/24(六)	水域研習營-1	蓮池潭	親子同樂日	網路媒體宣傳 結合週邊景點/ 店家半日遊
2	9/25(日)	水域研習營-2	蓮池潭	親子同樂日	
3	10/1(六)	水域研習營-3	蓮池潭	親子同樂日	

2. 活動地點：蓮池潭(艇庫碼頭)。



3. 活動對象及名額：國小、國中、高中及親子組，每梯次 40 人。

#### 4. 活動梯次：

項目	活動日期	天數	活動地點
水域遊憩安全研習營 (國小、國中組)	9/24、9/25	1 梯/天、共 2 天	蓮池潭
水域遊憩安全研習營 (高中、親子組)	10/1	1 梯/天、共 1 天	蓮池潭

#### 5. 活動內容：

日期	時間	課程	說明
	08:30~09:00	報到	
	09:00~09:30	小隊分組	小隊分組、自我介紹及注意事項說明
	09:30~12:00	水中安全教育	<p>室內水域與開放水域意外發生之說明、事故發生處理方式、安全的游泳常識。自我能力評估、事故緊急處理步驟、溺水急救步驟。</p> <p>CPR 實務操作介紹。</p> <p>救生方式介紹及實作(手援、腳援、物援)。</p> <p>救生衣使用方法介紹、浮具介紹(竹竿、木棒、繩子、救生圈、繩衣、水桶、運動長褲、垃圾袋等)。浮力衣製作、浮力褲製作。</p>
	12:00~13:15	午餐	午餐學員自理
	13:15~14:30	獨木舟教學與體驗	獨木舟介紹、操作使用說明及實際體驗
	14:30~15:00	休息	
	15:00~16:15	SUP 教學與體驗	SUP 介紹、操作使用說明及實際體驗

日期	時間	課程	說明
	16:15~16:30	龍舟板體驗	龍舟板介紹與體驗、趣味競賽
	16:30~17:00	綜合討論	頒發證書

6. 報名方式：採預先報名方式辦理為原則，於活動前已完成切結書之填寫。