

# 110 年度初級運動貼紮研習會暨認證第二梯次參加辦法

- 一、依據：教育部體育署 110 年 3 月 11 日臺教體署學(三)字第 1100008777 號函
- 二、宗旨：運動貼紮與軟組織貼紮目前已普遍使用於各項競技運動之傷害預防及運動訓練上，為增進教師與學生對於基本運動貼紮與軟組織貼紮之專業知識與特殊功能，並瞭解其操作原理與應用時機，特辦理本研習活動。
- 三、指導單位：教育部體育署
- 四、主辦單位：中華民國大專院校體育總會、長榮大學
- 五、協辦單位：台灣運動傷害防護學會
- 六、日期：110 年 11 月 27 日(星期六)至 28 日(星期日)
- 七、地點：長榮大學(臺南市歸仁區大潭里長大路 1 號)
- 八、研習內容：
  - (一) 運動貼紮之操作原理與應用時機
  - (二) 運動貼紮實際操作(上肢、下肢)
  - (三) 軟組織貼紮之操作原理與應用時機
  - (四) 軟組織貼紮實際操作(上肢、下肢)
  - (五) 運動貼紮與軟組織貼紮之綜合演練
- 九、舉辦方式：
  - (一) 專題演講：邀請學者專家針對本研習內容進行教學。
  - (二) 分組實習：針對所教授之技術進行分組練習。
  - (三) 綜合座談：針對本研習內容進行討論。
- 十、日程表：如附件一
- 十一、參加對象：大專院校學生、各級學校教職員及社會相關人士
- 十二、參加人數：每梯次 60 人
- 十三、報名費：每人 3,500 元(含研習手冊、運動貼布、午餐及技術測驗)
- 十四、報名表：如附件二
- 十五、預期成效：學員研習後能根據不同的運動傷害症狀作進行不同的基本運動貼紮或軟組織貼紮處理。
- 十六、備註：
  - (一) 因故無法參加請於活動舉行前十日通知本會研究發展組，否則概不退費。
  - (二) 報到時間及地點於舉行前一週以電子郵件(E-mail)通知。
  - (三) 參加學員請向所屬單位申請公(差)假。
  - (四) 研習期間供應午餐，如須住宿請自行處理。
  - (五) 請穿著輕便運動服裝(短袖、短褲)，並自備口罩、水壺及剪刀。
  - (六) 肢體毛髮較多者建議可先刮除，以免貼布黏著效果降低。
  - (七) 全程參與者由大專體總頒發研習證書，並可參加運動貼紮技術測驗，通過者由台灣運動傷害防護學會核發初級運動貼紮證。

附件一

## 110 年度初級運動貼紮研習會暨認證第二梯次日程表

時 間		內 容	主持（講）人
第一日	08:30~09:00	報 到	
	09:00~09:10	始業式	
	09:10~10:00	運動貼紮之操作原理與應用時機	
	10:00~10:10	休息時間	
	10:10~12:10	運動貼紮實際操作【下肢-1】	
	12:10~13:10	午餐	
	13:10~14:40	運動貼紮實際操作【下肢-2】	
	14:40~15:00	休息時間	
	15:00~16:30	運動貼紮實際操作【上肢】	
	16:30~17:00	Q&A	
第二日	08:20~08:30	報 到	
	08:30~09:30	軟組織貼紮之操作原理與應用時機	
	09:30~11:00	軟組織貼紮實際操作【上肢】	
	11:00~11:10	休息時間	
	11:10~12:10	軟組織貼紮實際操作【下肢-1】	
	12:10~13:10	午餐	
	13:10~15:00	軟組織貼紮實際操作【下肢-2】	
	15:00~15:10	休息	
	15:10~16:00	綜合演練	
	16:00~17:30	綜合貼紮技術測驗	

※日程表主持（講）人名單以研習手冊為準。

附件二

## 110 年度初級運動貼紮研習會暨認證第二梯次報名表

學 校 / 單 位 名 稱		職 稱	
姓 名		身分證號碼	
E - m a i l		膳 食	<input type="checkbox"/> 不拘 <input type="checkbox"/> 素食
通 訊 處		手機/電話	
日 期 地 點	一、日期：110 年 11 月 27 日（星期六）至 28 日（星期日） 二、地點：長榮大學（臺南市歸仁區大潭里長大路 1 號）		
費 用	每人 3,500 元（含研習手冊、運動貼布、午餐及技術測驗）		
報 名 方 式	將本表及郵政劃撥收據（帳號：17680118；戶名：中華民國大專院校體育總會；通訊欄註明活動名稱及姓名）於 11 月 19 日（星期五）前 E-mail（ctusf@mail.ctusf.org.tw）、傳真（02-27406649 或 02-27710305）或逕寄本會研究發展組（地址：104 臺北市朱崙街 20 號 13 樓；電話：02-27710300#40；網站： <a href="http://www.ctusf.org.tw">http://www.ctusf.org.tw</a> ）。		
備 註	一、因故無法參加請於活動舉行前十日通知本會研究發展組，否則概不退費。 二、報到時間及地點於舉行前一週以電子郵件（E-mail）通知。 三、參加學員請向所屬單位申請公（差）假。 四、研習期間供應午餐，如須住宿請自行處理。 五、請穿著輕便運動服裝（短袖、短褲），並自備口罩、水壺及剪刀。 六、肢體毛髮較多者建議可先刮除，以免貼布黏著效果降低。 七、全程參與者由大專體總頒發研習證書，並可參加運動貼紮技術測驗，通過者由台灣運動傷害防護學會核發初級運動貼紮證。		