

## 110 年度自行車領隊 C 級證照輔導班

- 一、依據：依據弘光科技大學運動休閒系 109 年度教學卓越計畫辦理。
- 二、目的：為推廣國內自行車休閒運動風氣，培養地區性自行車專業人才，並使自行車休閒運動的正確觀念向下紮根。
- 三、主辦單位：弘光科技大學、捷安特旅行社股份有限公司
- 四、承辦單位：弘光科技大學運動休閒系暨體育教學中心
- 五、講習時間地點：110 年 10 月 16(六)、17(日)日二天；弘光科技大學健身中心二樓 0201 教室及戶外術科活動。
- 六、講習課程：由捷安特專業講師教授自行車基本知識、自行車基本訓練、簡易維修技術、自行車領隊實務；課程預定如附件一。
- 七、參加對象
  1. 本校運動休閒系學生，凡對自行車運動有興趣者均可報名參加(名額 55 名)。
- 八、報名手續：
  1. 報名時請至弘光科技大學運動休閒系網址 (<https://dsl.hk.edu.tw/>) 網路 Google 表單報名，洽詢電話：04-26318652#7015、7009。
  2. 報名費：本校學生優惠價為 650 元，運休系新任系學會幹部為 300 元(內含講義、茶水、保險費、證照工本費)，請至運動休閒系系辦繳費，並請保留收據。
  3. 報名時間：自即日起至 10 月 01 日止，額滿為限。
- 九、報到時間地點：

學科 10 月 16 日上午 8 時 30 分，弘光科技大學健身中心二樓 0201 教室。

術科 10 月 17 日上午 8 時 30 分，弘光科技大學健身中心二樓集合
- 十、測驗與授證：完成研習課程要求，並通過學科、術科檢定考試成績及格者(70 分為及格、具備完騎 30 公里、無重大違規事件)測驗者，由捷安特核發研習證書與自行車領隊 C 級證照。
- 十一、其他規定：
  1. 自行車旅遊戶外教學當天，由承辦單位為學員辦理保險；講習期間請著輕便服裝及運動鞋以利實務操作。
  2. 講習期間缺課達二節以上者，不得參加測驗，僅依實際上課時數核發研習證書。
  3. 如有天災、氣候或不可抗拒的因素，主辦單位有權修正或變更課程之權利。
  4. 上課教室或課程內容如有臨時狀況，主辦單位可自行調整。

附件一：109 年度自行車領隊 C 級證照研習會課程表

日期 課程 時間	10/16(六) O 棟 201 視聽教室	10/17(日) O 棟廣場集合	備註
0830-0900	報到、分組、課程綱要介紹 (捷安特公司 講師)	騎乘實務練習	<b>自行車活動戶外教學暨術科測驗</b> 08:30~09:00 集合 (檢查自行車) 09:00~09:30 提醒注意事項 09:30~09:50 暖身運動 09:50~10:00 出發前準備 10:00~ 準時出發  戶外教學,路線如下: (整個活動行程約 34.8 公里。)
0900-1000	自行車簡介 (捷安特公司 講師)	單車旅遊戶外教學。	
1000-1100	自行車領隊實務分享 (捷安特公司 講師)		
1100-1200	單車騎乘基本知識與練習 (捷安特公司 講師)		
1200-1300	午餐		
1300-1400	O 棟 202 韻律教室 單車內外胎拆裝教學 (捷安特公司 講師)	單車旅遊戶外教學暨術科測驗	
1400-1500	單車內外胎拆裝教學 (捷安特公司 講師)		
1530-1600	單車內外胎拆裝測試 (捷安特公司 講師)		
1600-1730	結業筆試測驗 綜合座談		
	(捷安特公司 講師)(運休系教師)		

去程：  
弘光科大→台灣大道→三民路→中山路→朝興宮(休)→順天國小(停車)→大甲鎮瀾宮(午餐)17.4 公里

回程：  
順天國小→中山路→三民路→台灣大道→弘光科大 17.4 公里。

註：午餐於大甲自理