



運動休閒系

簡介



內容

一. 前言

二. 運動休閒系簡介

三. 系課程內容特色

四. 各招生管道說明



一、前言



運動休閒產業發展的趨勢

- 退休人口增加。
- 戶外休閒遊憩意識的需求。
- 運動風氣的提升。



運動休閒存在於每個人的日常生活中

要玩得專業，玩得安全

所以也是一門專業的學科

運動休閒系培育重點

- 培育具運動保健知能之運動指導專業人才。
- 培育具休閒旅遊知能之休閒遊憩專業人才。



弘光科技大學
HUNGKUANG UNIVERSITY

訪客

家長

未來學生

網站導覽

繁體中文

简体中文

English

Login



招生資訊

校友來賓

在校學生

教師職員

教學單位

行政單位

最新消息

圖資服務

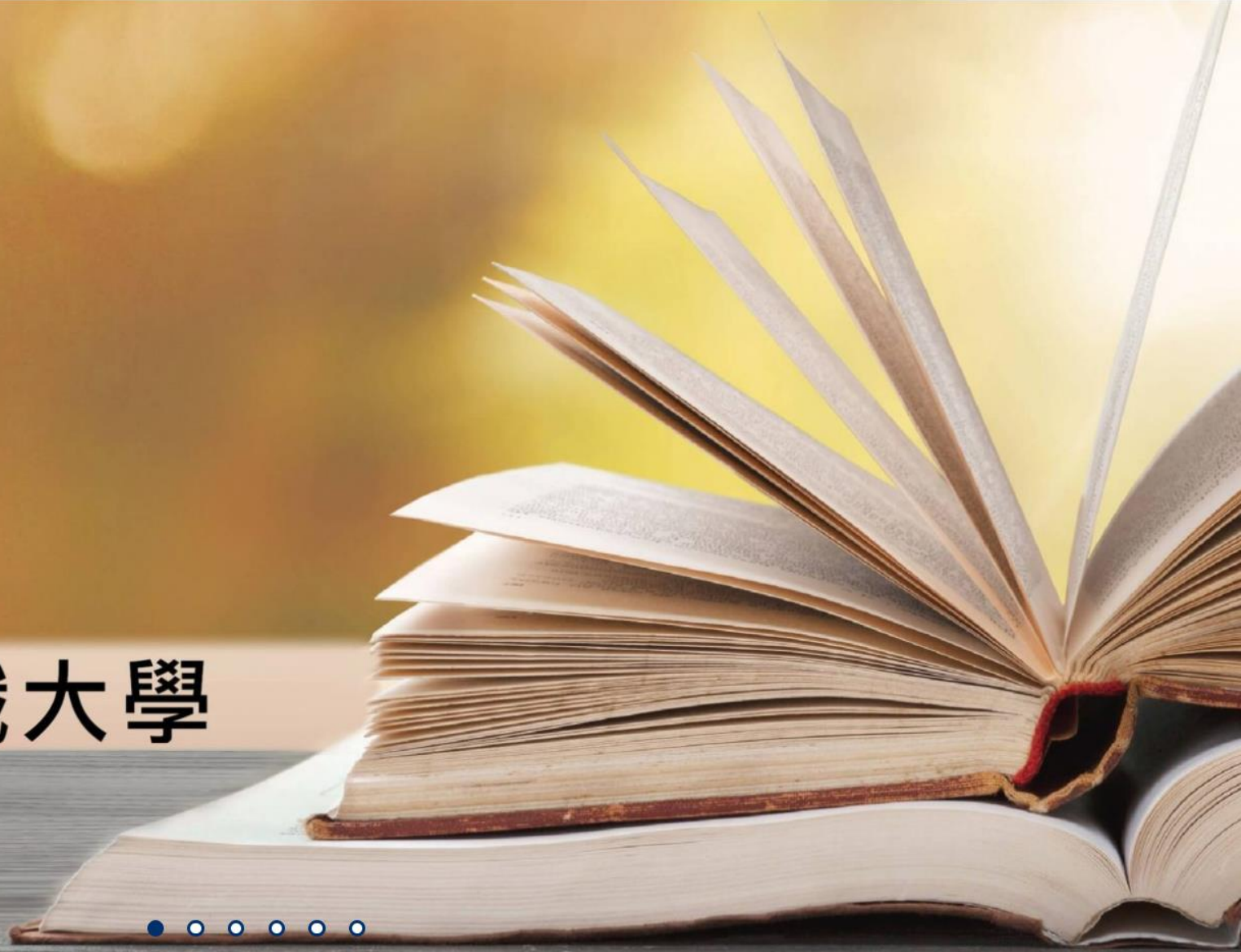
遠見

TAIWAN

TOP8

全國前八大技職大學

遠見評比台灣最佳大學





學校環境介紹



Main Menu

- 最新消息
- 單位簡介
- 列管文件
- 學生宿舍
- 租屋資訊
- 房東會議
- 社區服務
- 安全評核

學生宿舍

[Y棟女生宿舍簡介](#)

[Q棟學生宿舍簡介](#)

[宿舍讀書會](#)

[宿舍才藝社](#)

校內(新建)學生宿舍



● 簡介：

校內新建學生宿舍預計 109.1 學期正式啟用，計 1 棟共 640 個床位(男生計 264 床；女生計 376 床)，提供日間部新生優先申請，採線上申請作業(時間另行公布)，於 8 月 15 日前完成床位抽籤及公佈錄取名單。

本棟智慧型新宿舍，內部刷卡門禁、洗烘衣機設施、餐廳消費及房間用電等，皆使用學生證悠遊卡，一卡在手，暢行無阻。設有服務台由宿舍輔導員專責生活輔導及管理，結合宿



109年完工宿舍



各類學生主題活動

自信弘光 天下無雙

弘光科技大學108學年度第2學期

- | | | | |
|-------------|----------------------------|-------------|---------------|
| 109/3/5 | 彩虹制服日-社團博覽會 | 109/5/15 | 原住民瘋收祭 |
| 109/3/9-13 | 技藝性社團體驗營 | 109/5/19-20 | 學生權益週 |
| 109/3/25-26 | 護膽你就來捐血 | 109/5/28 | 學生社團評鑑 |
| 109/4/16-20 | 櫻花藝術祭 | 109/6/4 | 社團之夜 |
| 109/5/7 | 2020JUST SHOW
系際盃創意才藝競賽 | 109/6/9-11 | 吃吃等你來捐血 |
| 109/5/7 | 原力四射成果展 | 109/6/18 | 畢業演唱會 |
| 109/5/13 | 三合一選舉 | 109/6/21 | 畢業典禮 |
| 109/5/13-23 | 弘飛社舞系列活動 | 109/7/6-9 | 109級社團菁英領袖培訓營 |



學生會
粉絲專頁



學生會
Instagram



學生會
微博

第18屆學生會 製
帳布圖案由弘光科技大學校友會 敬贈



MONTHLY CALENDAR

一	二	三	四	五	六	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2022 年 5 月

« 4 月

Q&A

系所公告

📅 2022 年 5 月 3 日 👤 運動休閒系

★★★運動休閒系新生說明會★★★

活動與研討會

📅 2022 年 5 月 3 日 👤 運動休閒系

111年國立體育大學全大運再傳捷報~~~

活動與研討會

📅 2022 年 5 月 2 日 👤 運動休閒系

111年國立體育大學全大運捷報~~~捷報

活動與研討會

📅 2022 年 4 月 25 日 👤 運動休閒系

健身巨公告



二、運動休閒系簡介

九天玄女唯一指定

==>弘光運動休閒系都在玩什麼？



運動休閒系-宗旨

- 運動休閒系以「旅遊全球，健康全有」為宗旨。
- 規劃「休閒遊憩服務」與「運動保健指導」等兩項專業模組。

運動休閒系-特色與就業方向

- 本系課程涵蓋「運動休閒產業管理」、「運動健身保健指導」與「觀光航空產業實務」等專業課程，融合學科理論與術科實作，增加職場就業力。
- 積極輔導學生考取相關證照。
- 海外實習：紐西蘭、日本、新加坡等；國內實習機構如：健身中心、游泳池、旅行社、運動戶外用品店、五星級飯店、渡假村與主題樂園...等。
- 畢業生在雄獅集團、迪卡儂、捷安特旅行社、優漾複合運動會館、花蓮遠雄大飯店等優質企業服務表現優異。也有畢業學生在大學擔任教職、自行創業或擔任健身教練、潛水教練、運動防護員及進修碩士與博士研究所等，發展相當多元化。

業界專業教師與優秀校友

運休系畢業大學長 宋以力 老師

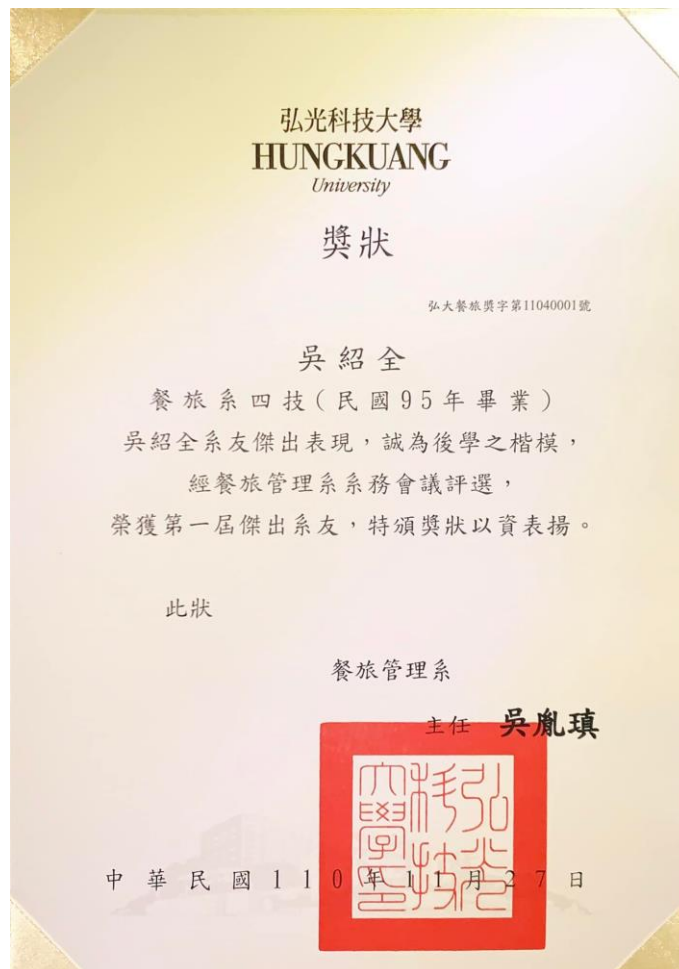
- 弘光科技大學 運動休閒系畢業。
- 國立臺灣體育運動大學 運動事業管理研究所畢業。
- 國立雲林科技大學企業管理系博士班（行銷組）。
- 弘光科大空手道校隊教練。
- 靜宜大學 擔空手道教練。
- 臺中市體育總會空手道委員會總幹事。



業界專業教師與優秀校友

吳紹全 老師

- 國立暨南國際大學(NCNU)觀光博士候選人
- 饗初餐飲負責人
- 裕元花園酒店
- 台中長榮桂冠酒店
- 南方莊園渡假飯店
- 尊爵大飯店



業界專業教師與優秀校友

劉宗翰 老師

- 臺中市健美委員會【副主委】
- 亞洲盃健美國手 暨 全國運動會【冠軍】
- 全國健力錦標賽【冠軍暨紀錄保持人】
- 弘光科大、臺中科大、臺灣體大【講師】
- 臺北市立大學 競技運動訓研究所【博士候選人】
- 臺灣體育學院【碩士、學士】
- 專長：運動生理、肌力訓練、運動處方、泰式按摩

極致學堂-健力訓練講座

XTREME FITNESS 極致健身中心

健力三項

深蹲臥推硬舉技巧

健康 / 快樂 / 分享

劉宗翰

巧克力老師

臺中市體育會健美委員會 - [副主委]
臺中科大、弘光科大、臺灣體大 - [兼任講師]

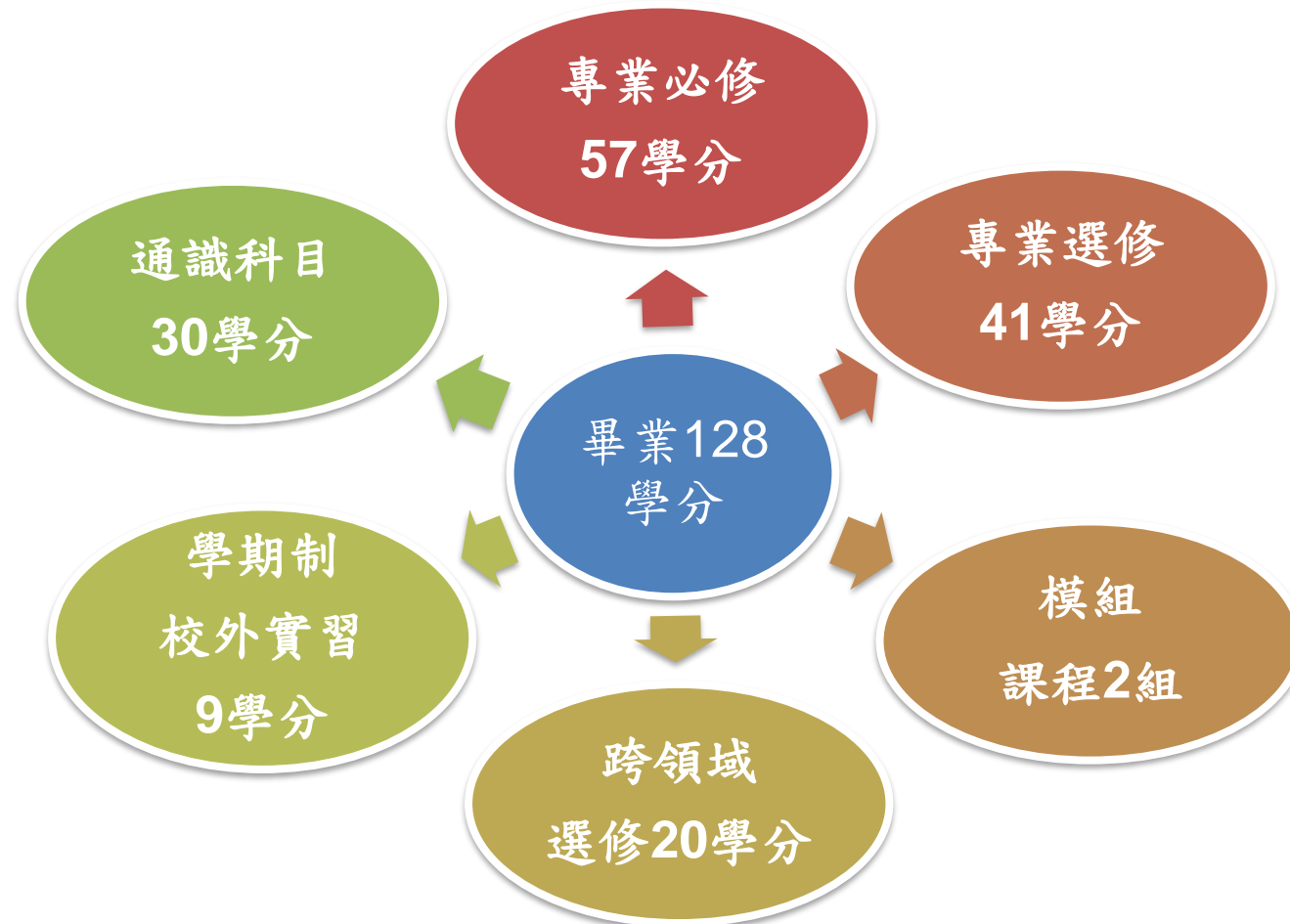
一、健力解說
伸展運動、動作特色
健力三項介紹

二、實地訓練
分組操作、動作修正
輔助訓練

三、Q&A
互動座談

7/11 星期六

四技日間部畢業學分規劃



實務課程規劃

大四

senior

大三

junior

大二

sophomore

大一

freshman

校外實習

Off campus Internship

BMW's核心實務課程

Practice Course

校外見習+校內實習(實習旅行社)

School Internship (Travel agency for practice)

服務學習+校內實習(賽會管理實習)

School Internship (Sports Event Management)

機構參訪、實務課程與業界師資協同教學

實務課程規劃及運作機制

銀髮休閒專業服務

運動科學、身體活動與老化
高齡者休閒活動設計、運動營養

登山、自行車休閒

導覽解說、登山領團、自行車領團
運動賽會管理、運動觀光

觀光產業專業服務

觀光學、行銷學、航空票務與地
勤、領隊導遊實務、導覽解說、
觀光行政法規、旅運經營學

體適能健身、運動保健指導

運動處方設計、體適能理論、水上
安全與救生指導、運動保健防護、
運動科學、健身俱樂部管理

豐富的課程內容~ Rich course content~

運動/休閒出路

Opportunities



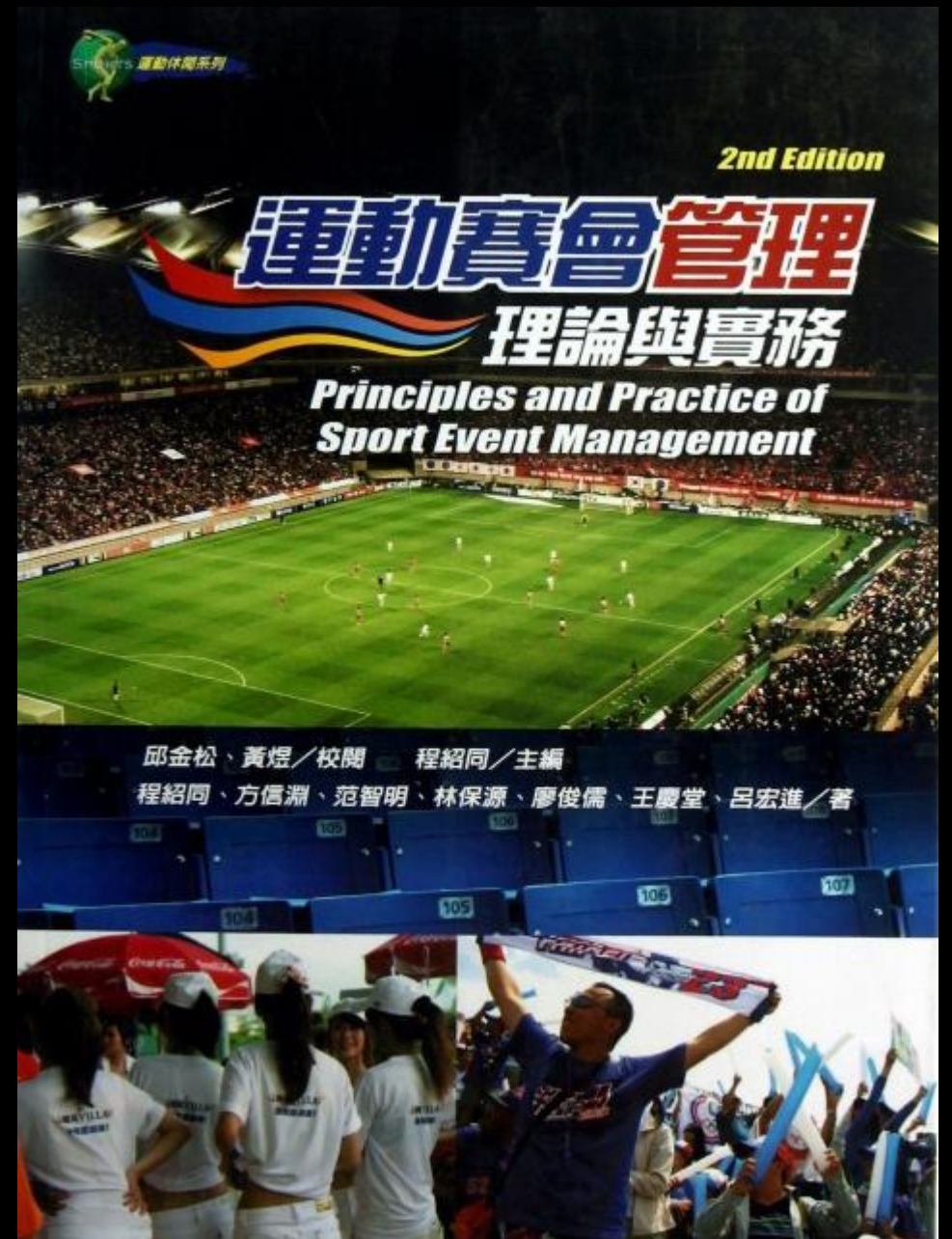
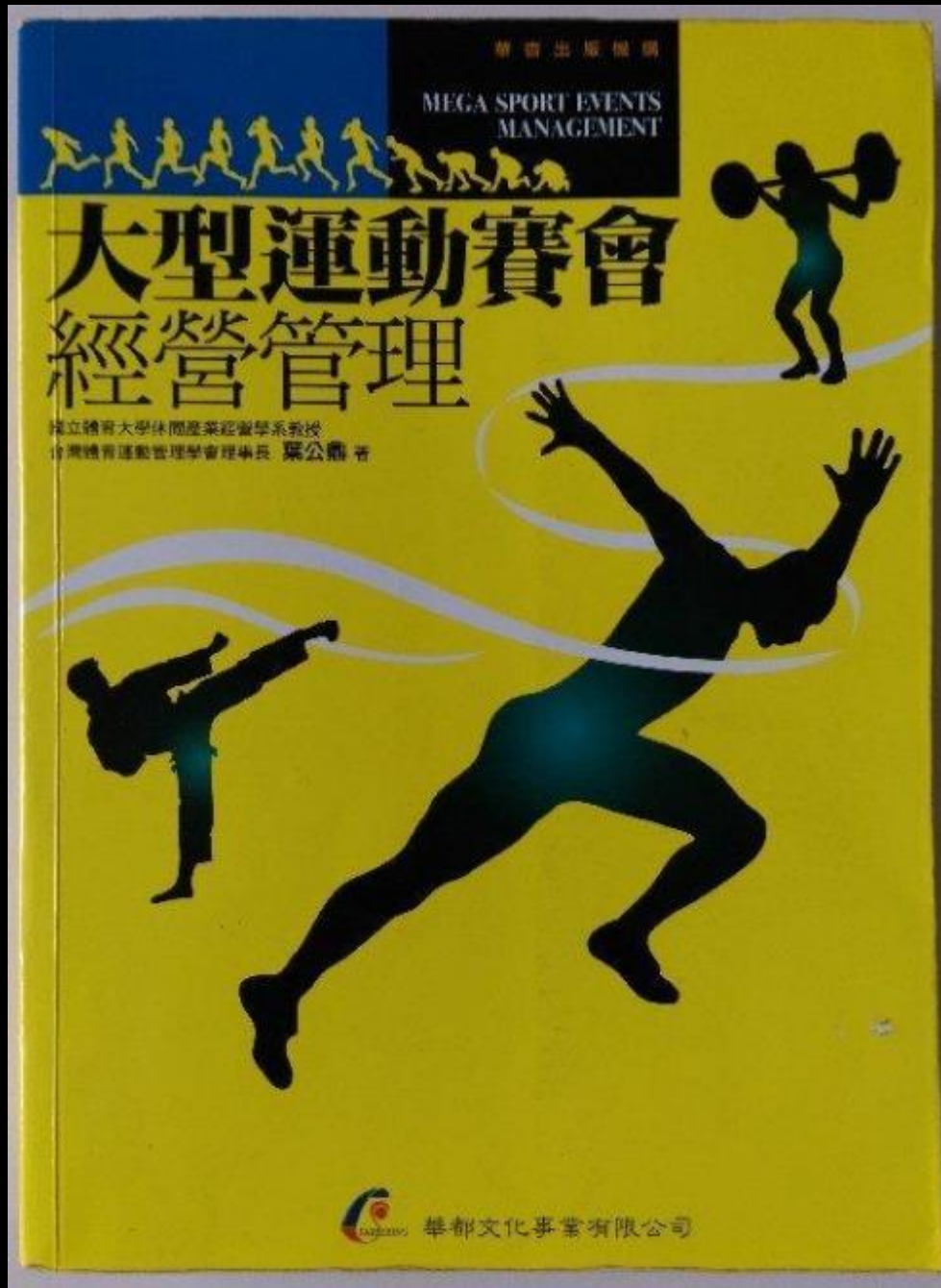
* 畢業門檻標準-跨系學程

跨系學程名稱	主辦/協辦
1.觀光休閒學程	運動休閒系/餐旅系
2.英語領隊導遊學程	應英系/運休系
3.文化觀光學程	文創系/運休系/餐旅系
4.銀髮觀光休閒學程	老福系/運休系
5.高齡者運動保健指導學程	運動休閒系/老福系
6.幸福兒童產業之跨領域人才培育實作學程	幼保系/食科系、妝品系/餐旅系/ 美髮系/英語系/運休系/文創系
7.全人長照物理治療培育與增能學程	物治系/老福系/醫工系/運休系/護理系
8.休閒運動指導學程	物治系/運休系

三、系課程內容特色



運動賽會管理



登山領團



溯溪



游泳



1070 弘光科技大學

弘光科技大學
HUNGKUANG UNIVERSITY
運動休閒系
Department of Sport & Leisure

攀石



單車領團



養身武術指導



健身教學與實務

運動科學



健身俱樂部管理



導覽解說



領隊導遊實務



2車

B612

休閒行銷學



行銷策略是什麼？

Marketing Strategy



遊程設計

旅運經營學



航空票務訂位



專業攝影



願景-全人的健康運動

Whole people's health movement

「旅遊全球、健康全有」

Travel around the world, health all



運動休閒系

Department of Sports and Leisure

旅遊全球

健康全有

