**2017 年 「夢想飛翔，變得更強」EMPOWER 引爆籃球寒假訓練營 簡章**

1. 活動宗旨 : EMPOWER 引爆運動訓練與台北市金華國中、台中市東山高中主辦，籃球訓練持續深耕，推廣國小、國中、高中、大學籃球運動風氣，培養學生運動習慣，並且由專業教練指導，讓學員能接受正確的籃球訓練與觀念。
2. 活動名稱 : 「夢想飛翔，變得更強」EMPOWER 引爆籃球寒假訓練營
3. 主辦單位 : 台北市金華國中、台中市東山高中、引爆運動訓練 EMPOWER Sports Training
4. 贊助單位 : NIKE、台中微笑運動用品 (持續招商中)。
5. 協辦單位 : 中華民國高級中等學校體育總會、合榆行銷有限公司。
6. 活動日期 : 兩個時段，共計四天的訓練營課程。2017/1/23~2017/1/26；2017/2/6~2017/2/9。
7. 活動地點 : 台北市金華國中室內籃球館、台中市東山高中室內籃球館。
8. 招生對象與上課時間 : 為維持訓練品質、節奏與對抗性，將進行年齡分級。每梯次各分三個年齡層，9歲-13歲、14歲-17歲、 18歲以上。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 台北市金華國中 | 台中市東山高中 |
| 1/23~1/26 | **台北場第一班**  第一梯 : 09:00~11:30，適合 9~13 歲  第二梯 : 13:00~15:30，適合 14~17 歲  第三梯 : 16:00~18:30，適合 18 歲以上 | **台中場第一班**  第一梯 : 12:00~14:30，適合 9~13 歲  第二梯 : 14:30~17:00，適合 14~17 歲  第三梯 : 17:00~19:30，適合 18 歲以上 |
| 2/6~2/9 | **台北場第二班**  第一梯 : 09:00~11:30，適合 9~13 歲  第二梯 : 13:00~15:30，適合 14~17 歲  第三梯 : 16:00~18:30，適合 18 歲以上 | **台中場第二班**  第一梯 : 09:00~11:30，適合 9~13 歲  第二梯 : 13:00~15:30，適合 14~17 歲  第三梯 : 16:00~18:30，適合 18 歲以上 |

1. 課程內容 : 個人基本攻守技巧、團隊組織配合與實戰對抗，全方位提升籃球技術。每堂課程兩個半小時，內容循序漸進，由個人到團體。每堂課程 40 學員為限，提升訓練品質與使用者經驗。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 第一天 | 第二天 | 第三天 | 第四天 |
| 暖身 | 暖身 | 暖身 | 暖身 |
| 持球訓練 | 敏捷梯訓練 | Two Ball 運球 | 全場運球 |
| One Ball 運球 | Two Ball 運球 | 雙人快攻 | 2 對 2 半場攻防 |
| 個人防守訓練 | 運球傳球 | 三人傳球 | 3 對 3半場攻防 |
| 1 對 1 攻防練習 | 雙人傳球 | 3 對 2，2 對 1 攻防 | 實戰演練 |
| 實戰演練 | 實戰演練 | 實戰演練 |  |

1. 教練師資 :「夢想飛翔，變得更強」EMPOWER 引爆籃球寒假訓練營邀請了國內的最優秀籃球教練，包括中華民國籃球協會 A 級教練、國家隊教練、SBL 總教練、HBL 總教練、SBL 明星球員、UBA 明星球員等等，頂級的籃球訓練師資，小班制課程，協助每位學員突破極限，創造自己的巔峰。
2. 報名方式 :
3. 線上報名 : <http://bit.ly/EMPOWER-Winter> 。
4. 活動費用 : 原價 $5000，EMPOWER 優惠價 $4500，並且還提供早鳥方案、團報方案、以及舊生方案 $4000。
5. 優惠方案 :
   * 早鳥方案 : 參加 2017/1/23~1/26 場次，於 2017/1/13 前搶先完成填寫報名資訊及繳費成功，享原價八折優惠。參加 2017/2/6~2/9 場次，於 2017/1/27 前搶先完成填寫報名資訊及繳費成功，原價八折優惠。($4000)
   * 團報方案 : 三人以上成團並報名同一地點、場次、梯次，團體所有人員完成填寫報名資訊及繳費成功，享原價八折優惠。($4000)
   * 舊生方案 : 曾參加過 EMPOWER 引爆運動訓練過往所主辦的籃球訓練營，想讓技術更加躍昇，填寫報名資訊及繳費成功，享原價八折優惠。($4000)
6. 報名流程 :

* 第一步 : 填寫線上報名表。
* 第二步 : 主辦單位以 EMAIL 寄發名額保留確認信。
* 第三步 : 收到名額保留確認信後，請於三天內於 ATM 或金融機構臨櫃匯款。
* 第四步 : 繳費完畢需登錄匯款資訊，回覆匯款資訊後五碼。
* 第五步 : 主辦單位確認款項，會再回覆完成報名通知，亦可至網站查詢報名結果。

1. ATM 匯款資訊 :

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 銀行 | 分行 | 戶名 | 帳號 |
| 中國信託 (822) | 北投分行 | 禾榆行銷有限公司 | 680540128778 |

1. 活動贈品 : 參加「夢想飛翔，變得更強」EMPOWER 引爆籃球寒假訓練營活動，即送 NIKE 雙面穿球衣、NIKE 束口袋、EMPOWER 運動毛巾。

十二、注意事項 :

1. 上課費用已包含保險費，不再另收。
2. 現場備有簡易醫療防護站，若您曾經有重大傷病者，請諮詢專業醫師，請衡量自身狀況，勿勉強參加。
3. 學員應著運動服裝、運動鞋、自備毛巾，並且攜帶適合自己使用的護具與裝備。
4. 主辦單位保留取消、變更、暫停或終止本活動及相關活動之權利。
5. 活動期間若遇颱風，或是不可抗力因素，依照政府公佈達停課標準，立即全面停課，補課資訊於 EMPOWER 引爆運動訓練粉絲團。
6. 每梯次以 40 人為限，報名額滿即截止報名。
7. 每堂課都有一位總教練，並依人數狀況，安排助理教練。
8. 每堂課都會攝影，學員肖像、姓名，及訓練課程之錄影、相片，主辦單位基於宣傳用途，會進行刊登、播放、或是展出等行為。
9. 主辦單位保有修改、變更或取消本活動之權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之，
10. 完成報名繳費之學員，視為同意以上聲明。
11. 相關訊息請至EMPOWER 引爆運動訓練Facebook粉絲專頁查詢。<https://www.facebook.com/pg/EmpowerSportsTraining/>