

110 年宜蘭縣立體育場國民體能運動班（羅東班）招生簡章

| 期數 | 項目 | 預定開課期間 | 上課地點 | 上課時間 | 報名費 | 額滿名額 | 授課老師 | 報名及繳費時間 |
|-----|--|----------------------------|-------------------------|------------|-----------------------|------|------------|---|
| 第三期 | 瑜珈班 | 110/10/22 至 110/12/30 止 | 宜蘭縣立武術館1樓辦公室 (羅東國中內) | 詳上課 時間表 | 1,800 元 (每堂課 90 元) | 30 | 詳上課 時間表 | 一、110.09.24~10.14 報名。 二、超過額滿人數於 110.10.15 上午 10 時 00 分起於體育館地下 1 樓辦公室抽籤，並於本場官網公告結果。 三、110.10.18~開課前正取名額繳費。 四、備取遞補名額繳費另行通知。 五、如受政策影響(COVID-19，新冠肺炎等)，實際開課日期依本場公告。 |
| 備註 | 一、通訊報名請依本場公告之受理報名期間（第三期：110 年 9 月 23 日起至 10 月 14 日止）郵寄至本場（宜蘭市中山路 1 段 755 號收；信封請註明報名第三期「110 年宜蘭縣立體育場國民體能運動班課程（羅東班）」），提前寄達或逾期寄達者（郵戳為憑），不予受理。 二、每個信封僅能裝入一張報名表（親子或夫妻可同時放入同一個信封報名，並同時註明二人姓名），且信封上需註明報名項目、班別、姓名、電話。 三、每班報名人數若超過額滿人數以抽籤方式決定錄取學員，除抽出額滿人數外並抽出備取順序。抽中人員若無法參加不得自行轉予他人參加，由本場依備取人員先後順序遞補。歡迎報名民眾參加現場抽籤（超過 65 歲以上報名者「不佔名額」，以每班額滿人數 10% 優先錄取，若超過 10% 須先行抽出其人數，未抽中人員再與其他人員抽籤。 四、正取人員請依規定時間至本場宜蘭運動公園體育館地下 1 樓辦公室或羅東運動公園遊客中心繳費時請繳相片二張（全年度第一期學員，不論新舊學員皆須繳交兩張照片製作學員證及點名簿，第二期以後僅新學員須繳照片 2 張，舊學員由各班班長或志工收齊繳回學員證，由本場註記即可），時間內未繳費者視同棄權論（本場不另通知）。正取人員若有放棄，本場將以電話通知備取人員後於時間內來場繳交證件及報名費。 五、報名前請衡量上課時間及課程內容，開班後如因故不克參加恕不退費（除符合本場實施計畫所載特殊情形並提出相關醫療診斷證明文件外）、轉班或轉讓，缺課視同棄權不得延梯上課或要求補課。上述所稱特殊情形如下：如懷孕、生病、受傷須長期休養者，並提出相關醫療診斷證明文件，由本場專案審核保留與否及退費外，其餘不予退費。 六、本場體育志工持有志願服務榮譽卡者依本場自治條例第 44 條規定得免費參加本項課程，並可免抽籤（一班僅 2 名。超出者，抽籤決定，未抽中者仍須依規定繳費）。 七、洽詢電話：03-9254034#39，網址：Gym.e-land.gov.tw 八、防疫相關規定（第三級警戒以上不適用）： （一）、為有效提高民眾於高感染傳播風險場域佩戴口罩之遵循度，強化阻斷社區傳播鏈之能量，進入羅東武術館時應佩戴口罩並測量體溫，若發燒（額溫 ≥ 37.5 或耳溫 ≥ 38 度）一律禁止進入，並至最近醫療單位就診。 （二）、上課期間應保持社交距離（室內 1.5 公尺、室外 1 公尺），並注意手部衛生勤洗手，保持手部清潔，避免接觸眼、口、鼻，以拱手代替握手。 （三）、運動中為保持呼吸暢通及血氧循環，可不用佩戴口罩（期間仍需遵守其餘防疫規定）並減少飲食機會（含飲水），運動完畢後應立即佩戴口罩。 （四）、衛生福利部、中央流行疫情指揮中心或相關單位公布之防疫規定。 | | | | | | | |