

112 年自閉症複合式體適能簡章暨報名表

規律的身體活動對身體有益健康，因此，複合式的體能活動可改善自閉症者的體能、增進身心健康，更可透過運動增加心肺耐力、培養身體平衡及協調能力，並加強身體的安定性，藉此更讓自閉症者對自己的身體狀態能有更多了解與進步，且可促進人際關係、紓解壓力、增加工作機會與效率、控制體重、增進生活品質等正面效益。

本活動特聘高師大體育系的黃筑揚老師、林怡如老師、江少云老師擔任講師，三位講師學經歷：國立高雄師範大學體育學系 兼任講師、教育部體育署國民體適能中級指導員、健身工廠專業儲備師資

- 一、主辦單位：社團法人高雄市自閉症協進。
- 二、指導單位：衛生福利部社會及家庭署 、教育部體育署 
- 三、參加對象：針對國小、國高中職、成人領有身心障礙證明之自閉症者。
- 四、活動場地：高雄市無障礙體適能教室(高雄市苓雅區中正一路 96 號 1 樓)
高雄市無障礙之家(高雄市前鎮區翠亨北路 392 號)
- 五、活動日期：112 年 7 月 20 日至 8 月 25 日(每班共 6 堂課)
每週四下午 14:00 至 15:30、每週五下午 14:00 至 17:00。
國小班： 每週五下午 14:00-15:30 (90 分鐘) (請詳閱背面課程時間表)
國高中班： 每週五下午 15:30-17:00 (90 分鐘) (請詳閱背面課程時間表)
成人班： 每週四下午 14:00-15:30 (90 分鐘) (請詳閱背面課程時間表)
- 六、活動費用：報名者須為協會會員並已繳清至 112 年會費，此次課程採免費報名，需繳納 500 元保證金，課程結束後會退回。(請詳閱背面注意事項)
- 七、報名截止日期：1. 額滿止 2. 未額滿時至 112 年 6 月 26 日止。
- 八、報名方式：來電報名、傳真或親自至協會報名均可。
- 九、繳費方式：於報名截止日前親至繳費或劃撥繳費
(須自付 20 元手續費，共 520 元整，完成劃撥後請盡速致電或傳真告知)，
「戶名：高雄市自閉症協進會，帳號：40702821」
- 十、聯絡人：社工 林毓庭 07-2367763 轉 14，傳真：07-2363775
(背面尚有資料，請詳閱)

注意事項

1. 報名者須為協會會員並已繳清至 112 年會費。
2. 本課程報名後須繳納保證金後才算報名成功/報名後兩週未繳納保證金之學員視同未成功報名，名額將釋出給其他有意願參與之學員。
3. 盼學員全程參與，讓資源達到最高效益之使用，請參與的學員繳納保證金 500 元，如參與課程達 4 次(含以上)者，可於活動結束後領回保證金。
4. 名額有限，填妥報名簡章後，以完成繳費先後順序為依據
5. 本課程家長須全程陪同參與。
6. 請假須於上課日三天前完成(病假除外)，可至電協會 2367763 轉 14
7. 完成報名後，於 112 年 6 月 17 日前辦理退費者，將退已繳交用保證金之八成。6 月 17 日之後不予保證金，不便之處敬請見諒。
8. 若遇不可抗因素，主辦單位保有課程內容異動的權利。

高雄市自閉症協進會 112 年自閉症複合式體適能報名表

學生姓名		年 齡		性別		身高	
家長姓名		連絡電話		障礙程度			
國小班 <input type="checkbox"/>		國高中班 <input type="checkbox"/>		成人班 <input type="checkbox"/>			
地 址							
場次	日期	時段	地點	人數			
1	7/20(四)	14:00-15:30	高雄市無障礙體適能教室 (高雄市苓雅區中正一路 96 號一樓)	自閉症學員 15 名			
2	7/27(四)			教練 1 名			
3	8/03(四)			林怡如老師			
4	8/10(四)			健身工廠南區有氧老師			
5	8/17(四)			安蕎體適能教室私人教練			
6	8/24(四)			(成人班)			
7	7/21(五)	14:00-15:30	高雄市無障礙之家 1 樓多功能活動空間 (高雄市前鎮區翠亨北路 392 號)	自閉症學員 15 名			
8	7/28(五)			教練 1 名			
9	8/04(五)			江少云老師			
10	8/11(五)			健身工廠樂活極球儲備師資			
11	8/18(五)			9:00-10:30	健身工廠 POWER PILATES 儲備師資		
12	8/25(五)	14:00-15:30	(國小班)				
13	7/21(五)	15:30-17:00	高雄市無障礙之家 1 樓多功能活動空間 (高雄市前鎮區翠亨北路 392 號)	自閉症學員 15 名			
14	7/28(五)			教練 1 名			
15	8/04(五)			黃筑揚老師			
16	8/11(五)			健身工廠樂活極球儲備師資			
17	8/18(五)	10:30-12:00	(國高中班)				
18	8/25(五)	15:30-17:00					