

# 2025 歸仁國中暑假籃球精進營 - Basketball camp

**活動主旨：**在本次暑假期間安排了六梯次每期五天的籃球訓練營，包含籃球的體能訓練、個人技巧、團隊合作及進攻防守觀念，在課程中不僅只有訓練，也包含了生活教育、自我管理，並且學會與同儕互助、自助的團隊訓練。

**主辦單位：**歸仁國中家長會

**協辦單位：**歸仁籃球委員會

**承辦單位：**歸仁國中籃球隊

**招生對象：**上(下)午班：**國小一～六年級**熱愛籃球且對籃球有基礎概念的孩子們，本次目的為籃球精進訓練課程並提升球技為主。

**整天班：****國小五、六年級**熱愛籃球且對球隊訓練及團隊籃球有嚮往的孩子們，整體的訓練會比較偏向球隊操練模式小朋友可以挑戰看看。

**教練師資：**歸仁國中林士傑、楊朝仁、楊焯鈞教練

112學年度國中籃球聯賽台南市第四名晉級南區複賽、

111年台南中等籃球對抗賽亞軍、111年台南中等籃球錦標賽第四名、

112年台南中等籃球對抗賽冠軍、113年歸中盃冠軍

**活動地點：**歸仁國中風雨籃球場

**活動日期、梯次：**報名截止為每梯次前十天 同時也會通知當梯次是否開

**第一梯次** 114年07月07日(一)至114年07月11日(五)

**第二梯次** 114年07月14日(一)至114年07月18日(五)

**第三梯次** 114年07月21日(一)至114年07月25日(五)

**第四梯次** 114年08月04日(一)至114年08月10日(五)

**第五梯次** 114年08月11日(一)至114年08月15日(五)

**第六梯次** 114年08月18日(一)至114年08月22日(五)

**課程內容：**

| 項目 | 課程內容                                                           |                                                                   | 上課地點          | 收費標準                                                     | 注意事項                 |
|----|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------|----------------------|
| 籃球 | 1. 體能活動<br>2. 基本防守<br>3. 籃球球操<br>4. 變化運球<br>5. 強化傳球<br>6. 投籃技巧 | 7. 綜合上籃<br>8. 團隊攻防<br>9. 防守觀念<br>10. 全場快攻<br>11. 半場攻防<br>12. 小組對打 | 歸仁國中<br>風雨籃球場 | 上午班收費 1800 元<br>整天班收費 3500 元<br>憑之前收據或毛巾 下<br>一期折抵 200 元 | 每梯次 8 人開課，<br>20 人額滿 |

**上課時間：**上午班：早上 09:00 集合，中午 12:00 下課

下午班：下午 02:00 集合，下午 05:00 下課

整天班：早上 09:00 集合，下午 05:00 下課

**上課費用：**上午班((下午班)：收費 1800 元(含保險費)

整天班：收費 3500 元(含保險費、每日午餐)

憑之前收據可折 200 元 第一次參與者統一無折抵

**報名方式：**請至 QR code 網址填寫報名資料

並於營隊開訓第一天現場繳交報名費

**教練連絡電話：**林士傑教練 0983-769966

楊朝仁教練 0918-501598



↑ 請掃 QR code

或加 Line 詢問