



新北市板橋國民運動中心
New Taipei City Banqiao Civil Sports Center

放飛暑假 喔咿喔!



掃我報名



單項簡介

夏令營隊安心措施

- 上課教練均已施打3劑疫苗
- 定期環境及器材清潔消毒
- 加強手部噴灑酒精工作
- 休息用餐時使用個人隔板加強防疫

2022 BANQIAO SUMMER CAMP

小飛魚訓練營 · 球類運動訓練 · 空氣神射手 · 電力科學班 · 魔幻創意營

單項運動營隊

【優惠不可與日歸營合併】

早鳥優惠 2022.5.31前 限現場報名

- 兩梯享9折優惠
- 三梯享85折優惠，送防水袋乙個
- 四梯享85折優惠，送羽球拍乙支
- 五梯享85折優惠，送防水袋+羽球拍各乙個

粉絲優惠 2022.6.1起 限現場報名

- 兩梯享95折優惠
- 三梯享9折優惠，送防水袋乙個
- 四梯享9折優惠，送羽球拍乙支
- 五梯享9折優惠，送防水袋+羽球拍各乙個

手足同樂超優惠

- 同戶籍兄弟姐妹(需出示戶籍證明)報名總梯次達上述條件，同享折扣優惠
- 以上優惠須同時報名並繳費完成

網路報名一律享95折優惠!



參考圖片

備註：預排課程如遇不可抗力因素，將不定期修定之。

小飛魚夏令營

營隊洽詢請至一樓泳池櫃台
電洽 02-22588886 轉 205

課程名稱	梯次	日期	人數	上課時間	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
寶寶 向前游	SP I	6/20~7/1	3 人 開班	10:00-11:00	(3-7 歲) 須年滿 3 足歲	\$600	\$2,400	6 堂
	第一梯	7/4~7/15		11:00-12:00				
	第三梯	7/18~7/29		15:00-16:00				
	第五梯	8/1~8/12		17:00-18:00				
	第七梯	8/15~8/26		19:00-20:00				
	每週上課日 (一、三、五)							
小泳士	SP I	6/20~7/1	6 人 開班	08:00-09:00	國小 國中 高中 須年滿 七足歲	\$375	\$3,000	10 堂
				09:00-10:00				
	第一梯	7/4~7/15		10:00-11:00				
				11:00-12:00				
	第三梯	7/18~7/29		14:00-15:00				
			15:00-16:00					
	第五梯	8/1~8/12		16:00-17:00				
				19:00-20:00				
	第七梯	8/15~8/26		20:00-21:00				
每週上課日 (週一至週五)								
高階 特訓班	第一梯	7/4-7/29	6 人 開班	11:00-12:00	須年滿 七足歲	\$250	\$5,000	20 堂
	第五梯	8/1~8/26						
	每週上課日 (週一至週五)							

- 因個人因素請假，恕不另行補課及退費。
 - 每梯次由現場總教練按程度分班，不可指定教練及隨意更換上課時段。
 - 報名即送泳帽乙頂(不挑色)。
 - 未滿12歲(含)以下之兒童，須由一名家長陪同(不下水)，超過一人以上(含四歲以上幼童)皆需購票。
- 【高階特訓班】俱備自仰蛙蝶四式25公尺能力，如未達程度將協調轉班或退費。



地址:220新北市板橋區德里智樂路6號
電話:(02)2258-8886 傳真:(02)2258-8269
官網:<http://www.bqsports.com.tw>

交通資訊

公車

- ◎搭乘658、857、橘5於『板橋國民運動中心』站下車。
- ◎搭乘310、307、810、786至「板橋國中(板橋435藝文特區)」下車，步行約5分鐘抵達本中心門口。
- ◎搭乘藍32於『聯合醫院(板橋院區)』站下車，步行約2分鐘抵達本中心門口。

捷運

新埔捷運站一號出口轉公車857、五號出口轉橘5於『板橋國民運動中心』站下車。

開車

台64線於板橋交流道下轉文化路一段，遇陽明街進入直行，遇英士路左轉進入，繼續行駛至智樂路口，即抵達本中心。

小型車停車資訊

- 1.本中心地下停車場236位(含身心障礙車位5位)；
- 2.新埔立體停車場280位(含身心障礙車位2位)，步行約2分鐘可達本中心。



f 新北市板橋國民運動中心



單項營隊夏令營

報名請至一樓球館櫃台
洽詢(02)2258-8886轉201



學習籃球可以培養團隊精神和溝通技巧、增進抗壓能力

課程內容：手感練習、分組比賽、運球基本動作（換手、背後、轉身、跨下）、三步上籃（定點跨三步、行進間跨步上籃）、運球上籃（左、右邊運球上籃）、投籃動作（單雙手投籃、投籃遊戲）、運球接力比賽（全場直線運球）、基本傳球（傳球基本動作、行進間傳球）、攻防練習（一對一、二對二、三對三攻防）

籃球夏令營



課程名稱	梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
基礎班	SP I	06/20~06/24	10:00~12:00 (2 小時)	10 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$600	\$2,500	5 堂
	SP II	06/27~07/01						
	第一梯	07/04~07/08						
	第二梯	07/11~07/15						
	第三梯	07/18~07/22						
	第四梯	07/25~07/29	11:00~1300 (2 小時)					
	第五梯	08/01~08/05						
	第七梯	08/15~08/19						
	第八梯	08/22~08/26						
每週上課日 (週一至週五)								
進階班	第三梯	07/18~07/22	12:00~14:00 (2 小時)	6 人 開班	國小 國中 高中 須年滿七足歲	\$650	\$2,700	5 堂
	第四梯	07/25~07/29						
	第五梯	08/01~08/05	13:00~15:00 (2 小時)					
	第七梯	08/15~08/19						
	每週上課日 (週一至週五)							

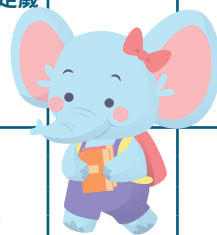
學習羽球除了掌握正確的運動技術、樹立自信心，同時亦可培養團隊精神

課程內容：禮儀規則講解、基本動作示範及發球練習、長球動作練習、挑球練習、步伐練習、長球動作複習、長球動作及步伐複習、殺球切球動作練習、小球及平球動作練習、長球動作及步伐練習、分組練習比賽

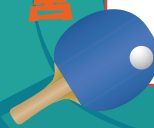
羽球夏令營



課程名稱	梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂							
基礎班	SP I	06/20~06/24	08:00~10:00 (2 小時)	8 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$600	\$2,500	5 堂							
	SP II	06/27~07/01													
	第一梯	07/04~07/08													
	第二梯	07/11~07/15													
	第三梯	07/18~07/22													
	第四梯	07/25~07/29													
	第五梯	08/01~08/05													
	第六梯	08/08~08/12													
	第七梯	08/15~08/19													
	第八梯	08/22~08/26													
每週上課日 (週一至週五)															
進階班	第一梯	07/04~07/08	13:00~15:00 (2 小時)	8 人 開班	國小 國中 高中 須年滿七足歲	\$650	\$2,700	5 堂							
	第二梯	07/11~07/15													
	第三梯	07/18~07/22													
	第四梯	07/25~07/29													
	第五梯	08/01~08/05													
	第六梯	08/08~08/12													
	第七梯	08/15~08/19													
	第八梯	08/22~08/26													
	每週上課日 (週一至週五)														



桌球夏令營



學習桌球培養專注力、反應力及判斷力

課程內容：球感練習、桌球動作、正拍發球、反手推擋、正手擊球、反手發球、雙打教學、分組練習

課程名稱	梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
基礎班	第一梯	07/04~07/08	16:00~18:00 (2 小時)	8 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$600	\$2,500	5 堂
	第二梯	07/11~07/15						
	第三梯	07/18~07/22						
	第四梯	07/25~07/29						
	第五梯	08/01~08/05	11:00~13:00 (2 小時)					
	第六梯	08/08~08/12						
	第七梯	08/15~08/19						
	第八梯	08/22~08/26						
	每週上課日 (週一至週五)							

流行舞蹈

協助孩童肢體發展，增強肌耐力、柔軟度、敏捷性、平衡感以及身體協調性

梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
第二梯	07/11~07/15	14:00~15:30 (1.5 小時)	8 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$450	\$1,800	5 堂
第四梯	07/25~07/29						
第六梯	08/08~08/12						
第八梯	08/22~08/26						
每週上課日 (週一至週五)							

透過訓練強化體能、判斷力及自我保護能力，學習如何正確應對、防衛，運用身邊物品幫助自己脫離險境

梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
第一梯	07/04~07/08	14:00~15:30 (1.5 小時)	8 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$450	\$1,800	5 堂
第三梯	07/18~07/22						
第五梯	08/01~08/05						
第七梯	08/15~08/19						
每週上課日 (週一至週五)							

地壺球是一項要求精準、策略、溝通、禮儀、專注力、團隊合作和逆境智能的運動

梯次	日期	上課時間	人數	招生對象	單堂原價	期別費用 / 人	時數 / 堂
第一梯	07/04~07/08	16:00~17:30 (1.5 小時)	8 人 開班	國小 國中 須年滿七足歲	\$500	\$2,000	5 堂
第三梯	07/18~07/22						
第五梯	08/01~08/05						
第七梯	08/15~08/19						
每週上課日 (週一至週五)							

由專業教練指導導的安全觀念，瞭解重要的自我保護認知，讓孩子在安全的環境挑戰自我、展現勇氣

日期	上課時間	人數	招生對象	期別費用 / 人	時數 / 堂
07/21、07/28 08/04、08/11	14:30~18:00 (3.5 小時)	10 人開班	國小、國中 須年滿七足歲	\$1,100	1 堂

本區無折扣

報名請至一樓球館櫃台 洽詢 (02)2258-8886 轉 201

拯救地球大作戰

第一梯 07/04-07/08
\$6,600 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 我是小農夫	初見環保署 探索海底世界	環保署心智圖 糧食發射器	環保署展覽 綠能投石器	環游陀螺 風力發電站
下午	認識眼睛構造 資源回收槍	護眼操練習 守衛玩偶	眼球肌肉訓練 山林保衛戰	視力對抗賽 防禦射石砲	視力對抗賽 手搖發電站
	綠能藍圖	樂活節能屋	世界地球村	資源爭奪戰	統整與結訓

星際宇航員

第五梯 08/01-08/05
\$7,000 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 失重的星球	初見哥白尼 夢幻銀河系	哥白尼心智圖 八大行星	哥白尼展覽 晝夜與四季	天體陀螺 電動三球儀
下午	認識眼睛構造 星際探勘隊	護眼操練習 星座大解密	眼球肌肉訓練 天文望遠鏡	視力對抗賽 陰晴圓缺	視力對抗賽 銀河星空瓶
	星際碎片	天文觀測站	阿波羅太空船	太空人訓練	統整與結訓

阿基米德魔術師

第二梯 07/11-07/15
\$6,800 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 直線變變變	初見阿基米德 數學方陣	阿基米德心智圖 占地為王	阿基米德展覽 3D 拼圖	數轉陀螺 索碼方塊
下午	認識眼睛構造 平面魔方	護眼操練習 神奇七巧板	眼球肌肉訓練 幾何扣條	視力對抗賽 俄羅斯方塊	視力對抗賽 金宇魔方
	快數拼接	數學部落	數學大樓	欲數不達	統整與結訓

達爾文時光機

第六梯 08/08-08/12
\$7,200 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 細胞顯微鏡 I	初見達爾文 恐龍逆襲 I	達爾文心智圖 恐龍足跡	達爾文展覽 細胞顯微鏡 II	旋轉木馬 危機四伏
下午	認識眼睛構造 可愛寶可夢	護眼操練習 狼人逆襲	眼球肌肉訓練 動物大百科	視力對抗賽 可愛小刺蝟	視力對抗賽 霸氣小甲蟲
	可愛寶可夢	狼人逆襲	猩球崛起	白駒過隙	統整與結訓

奇幻魔法學院

第三梯 07/18-07/22
\$6,800 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 迷幻竹籤人	初見魔法 消失的魔法	魔法心智圖 神奇水魔法	魔法展覽 紙排魔術師	魔法陀螺 異世界之水
下午	認識眼睛構造 魔力史萊姆	護眼操練習 穿透魔法環	眼球肌肉訓練 懸浮紙鈔	視力對抗賽 魔幻火山	視力對抗賽 冰凍超能力
	魔法城堡	奇幻森林	法術之旅	魔法碰碰車	統整與結訓

萊特兄弟飛行記

第七梯 08/15-08/19
\$7,200 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 彈射火箭	初見萊特兄弟 魔幻漂浮球	萊特兄弟心智圖 穿洋弓箭	萊特兄弟展覽 飛行陀螺	飛天陀螺 空氣加農砲
下午	認識眼睛構造 神奇飛機	護眼操練習 四軸基礎操作	眼球肌肉訓練 四軸進階操作	視力對抗賽 四軸團隊練習	視力對抗賽 四軸競賽
	拼接航空員	飛行營地	航空驛站	空谷傳聲	統整與結訓

達文西機關城

第四梯 07/25-07/29
\$7,200 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 密碼保險箱	初見達文西 翻滾骨牌	達文西心智圖 高樓起重機 I	達文西展覽 鋼珠滑梯 I	機關陀螺 仿生獸 I
下午	認識眼睛構造 攻城投石器	護眼操練習 液壓挖掘機	眼球肌肉訓練 高樓起重機 II	視力對抗賽 鋼珠滑梯 II	視力對抗賽 仿生獸 II
	機關實驗室	機關之都	遨遊世界	飛速列車	統整與結訓

特斯拉大冒險

第八梯 08/22-08/26
\$7,200 元



	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	團隊齊聚 魔法磁力秀	初見特斯拉 電流急急棒	特斯拉心智圖 超級電磁力	特斯拉展覽 旋轉電馬	閃電陀螺 主題電動車
下午	認識眼睛構造 永動筆	護眼操練習 神秘電流車	眼球肌肉訓練 電動鞦韆	視力對抗賽 大廈昇降機	視力對抗賽二 閃光發電機
	拼接技師	電力村莊	高壓電塔	迅雷掩耳	統整與結訓