教職員體適能護照

學生新聞

【記者林芳鈴報導】本校受教育部委託，即日起試辦「教職員工體適能護照」活動，對象為教職員工，即日起至本月三十日受理報名，有意參加者可以OA或E-mail向體育室教學組報名，名額共五十人。

體育室教學組表示，體育室於上學期配合教育部辦理「體適能團隊運動班」，成果豐碩，並榮獲教育部九十年度體適能指導班承辦績優學校獎勵；體育室再接再厲，將體適能活動延伸至教職員工，訂於本學期十月至十二月、共十二週的時間舉辦教職員工體適能護照活動。

活動參與者須先於十月三日（下週三）下午二時在司令台下的韻律教室參加說明會，並進行各項體適能檢測，登錄最佳成績，再參照體適能對照表評量等級及運動處方建議，參與配合員工福利委員會舉辦之體育活動，分別為每週一中午十二時二十分至一時四十分的桌球、晚上六時至八時的羽球、週二中午十二時至一時四十分的籃球及週四下午五時十分至六時十分的有氧舞蹈等。讓參加者藉由參與各項運動，提昇個人的肌耐力及體能。