



臺北市內湖運動中心
TAIPEI NEIHU SPORTS CENTER



首四日
5/15-5/18
報名享
85折

早鳥優惠
5/19-6/08
報名享
88折

Final優惠
6/09-6/29
報名享
9折



TEL:(02)2656-2869 | FAX:(02)2627-0578
網址:<https://nhsc.cyc.org.tw/> | 地址:臺北市內湖區洲子街12號

報名須知

活動日期 | 114年7月1日 ~ 8月29日

參加對象 | 學齡前、國小、國中

報名費用 | 請參閱簡章

報名地點 | 臺北市內湖運動中心1F櫃檯

報名時間 | 08:00-21:00 (臨櫃報名時間)



↑網路報名↑

注意事項 | 凡患有心臟病、氣喘病、高血壓、糖尿病、其他慢性病、不適合參加團體活動者，請勿報名參加。如違反規定，發生事故應自行負責。

課程異動 | 1.退費、轉班，僅限臨櫃辦理。
2.請攜帶發票及各項收據正本，刷卡者需攜帶原卡片及簽單。

退費規定 | 1.若人數不足未能開班，最遲請於9/15辦理全額退費。
2.課程報名後七日內且尚未開課，可辦理全額退費；課程報名後八日以上或已開課，退費金額將以剩餘堂數佔總堂數所繳費用金額依比例計算，另計應退費金額之20%為手續費。
3.因受傷、疾病等不可抗力因素並出示相關證明者，可退回剩餘之課程費用，惟最遲請於9/15前辦理。

轉班規定 | 1.僅限本期課程開課(第一堂)後，第二堂課前可以免費辦理轉班乙次。
2.插班報名者恕不受理轉班、退費。
3.插班僅限已開始上課之班級，且須在第三堂上課前完成報名，且僅能報名剩餘所有堂數（不得擇日報名）。
4.本簡章優惠折扣為期間限定，辦理轉班需放棄先前優惠折扣，改以轉班時折扣計算。

備註 | 1.報名人數若未達開班人數，本中心有停開、併班、更改課程內容之權利。
2.小朋友若在身體健康、飲食、生活作息等方面需特別留意，請提前告知。
3.各單項營隊恕無提供攝影及拍照服務(歡迎家長自行拍攝)。
4.課程如未開辦，將於課程前2天以簡訊聯繫通知。
5.團體課程因故未能到課者，不予補課、退費。
6.報名前請詳閱轉班、退費等相關規定以保障個人權益，一經報名即表示同意本中心相關研習規定。
7.本活動會有攝影需求，凡參加者視同同意現場照片肖像權授權露出使用。

報名方式

Step1. 前往內湖運動中心【官方網站】
Step2. 點選【運動課程】並註冊會員
Step3. 點選【課程報名-兒童營隊系列】
進行選課

貼心小叮嚀

Step1. 註冊會員請填寫【小朋友的資料】
Step2. 網路【不提供已開課之插班報名】
請於一樓櫃台詢問插班資訊。
Step3. 完成報名程序後，請於十分鐘內刷卡繳費完成報名(如逾期請重新報名)

★羽球訓練營

◆上課地點 | 10F羽球場 ◆師生比 | 1:8 ◆教練 | 內湖運動中心專業教練團隊 ◆球拍自備

本中心羽球教練團經驗豐富，一堂課程安排三小時的訓練時間，從加強基本握拍、步伐訓練開始到揮拍訓練，並透過綜合練習強化技巧，讓學員在學習羽球運動上，奠定良好的基礎。

| 時間 09:00 – 12:00 | 對象8-12歲 滿班人數16人

MA01 7/01(二) ~ 7/04(五) 3680元

MA02 7/07(一) ~ 7/11(五) 4580元

MA03 7/14(一) ~ 7/18(五) 4580元

MA04 7/21(一) ~ 7/25(五) 4580元

MA05 7/28(一) ~ 8/01(五) 4580元

MA06 8/04(一) ~ 8/08(五) 4580元

MA07 8/11(一) ~ 8/15(五) 4580元

MA08 8/18(一) ~ 8/22(五) 4580元

MA09 8/25(一) ~ 8/29(五) 4580元

| 時間 13:00 – 16:00 | 對象8-12歲 滿班人數16人

MA10 7/01(二) ~ 7/04(五) 3680元

MA11 7/07(一) ~ 7/11(五) 4580元

MA12 7/14(一) ~ 7/18(五) 4580元

MA13 7/21(一) ~ 7/25(五) 4580元

MA14 7/28(一) ~ 8/01(五) 4580元

MA15 8/04(一) ~ 8/08(五) 4580元

MA16 8/11(一) ~ 8/15(五) 4580元

MA17 8/18(一) ~ 8/22(五) 4580元

MA18 8/25(一) ~ 8/29(五) 4580元



林家銘教練團隊

- ◆ 中華民國羽球協會國家C級教練
- ◆ 中華民國羽球協會國家C級裁判
- ◆ 臺北市幸安國小技術指導教練
- ◆ 臺北市濱江國小羽球教練
- ◆ 臺北市潭美國小羽球教練
- ◆ 臺北市長春國小羽球教練



★幼童羽球營

◆上課地點 | 10F羽球場 ◆師生比 | 1:8

◆師資 | 郭致宇教練團隊 ◆球拍自備

適合學齡前及低年級初學羽球之學員，從基礎的握拍、揮拍動作、發球訓練啟發對羽球的興趣培養。

| 時間 10:00 - 12:00 | 對象4-8歲 滿班人數8人

MB01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2950元

MB02 7/07(一) ~ 7/11(五) 3680元

MB03 7/14(一) ~ 7/18(五) 3680元

MB04 7/21(一) ~ 7/25(五) 3680元

MB05 7/28(一) ~ 8/01(五) 3680元

MB06 8/04(一) ~ 8/08(五) 3680元

MB07 8/11(一) ~ 8/15(五) 3680元

MB08 8/18(一) ~ 8/22(五) 3680元

MB09 8/25(一) ~ 8/29(五) 3680元



郭致宇教練團隊

- ◆ 龍門國中羽球教練
- ◆ 北市民族國小、新北集美國小-社團教練
- ◆ 臺北市甲組教育盃第三名
- ◆ 103學年度中小學羽球對抗賽第一名

- ◆ 104年青年盃羽球男子第二名
- ◆ 104年中等學校運動會第三名
- ◆ 105年臺北市基層區域性對抗賽羽球第二名

★進階羽球訓練營

◆上課地點 | 10F羽球場 ◆師生比 | 1:8

◆師資 | 陳蒞教練團隊 ◆球拍自備

進階羽球課程適合已學過羽球基礎課程或高年級以上之學員參加，安排三小時的課程訓練時間，希望可以讓學員加強正擊球動作、簡化移動步伐、補充技術細節，提升學員運動表現。

| 時間 09:00 - 12:00 | 對象10-15歲 滿班人數16人

MC01 7/01(二) ~ 7/04(五) 3850元

MC02 7/07(一) ~ 7/11(五) 4780元

MC03 7/14(一) ~ 7/18(五) 4780元

MC04 7/21(一) ~ 7/25(五) 4780元

MC05 7/28(一) ~ 8/01(五) 4780元

MC06 8/04(一) ~ 8/08(五) 4780元

MC07 8/11(一) ~ 8/15(五) 4780元

MC08 8/18(一) ~ 8/22(五) 4780元

MC09 8/25(一) ~ 8/29(五) 4780元

| 時間 13:00 - 16:00 | 對象10-15歲 滿班人數8人

MC10 7/01(二) ~ 7/04(五) 3850元

MC11 7/07(一) ~ 7/11(五) 4780元

MC12 7/14(一) ~ 7/18(五) 4780元

MC13 7/21(一) ~ 7/25(五) 4780元

MC14 7/28(一) ~ 8/01(五) 4780元

MC15 8/04(一) ~ 8/08(五) 4780元

MC16 8/11(一) ~ 8/15(五) 4780元

MC17 8/18(一) ~ 8/22(五) 4780元

MC18 8/25(一) ~ 8/29(五) 4780元



陳蒞教練團隊

- ◆ 中華民國羽球協會國家A級羽球教練證
- ◆ 臺灣師範大學大師盃羽球錦標賽公開組混和雙打第一名
- ◆ 台北縣97年全縣暨國民小學運動會女子團體賽第一名
- ◆ 96年中等學校師生盃羽球錦標賽高中女子組團體第三名

★籃球訓練營

◆上課地點 | 8F籃球場(半場) ◆師生比 | 1:10 ◆教練 | 吳政育、謝濬澤教練團隊

本營隊聘請籃球專業教練，透過多元化的教學方式，在課程上指導基礎體適能、運球、帶球上籃、傳球、投籃等技巧及團體對抗賽，同時也學習團隊合作的能力。

| 時間 10:00 – 12:00 | 對象8-12歲 滿班人數20人

MD01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2950元

MD02 7/07(一) ~ 7/11(五) 3680元

MD03 7/14(一) ~ 7/18(五) 3680元

MD04 7/21(一) ~ 7/25(五) 3680元

MD05 7/28(一) ~ 8/01(五) 3680元

MD06 8/04(一) ~ 8/08(五) 3680元

MD07 8/11(一) ~ 8/15(五) 3680元

MD08 8/18(一) ~ 8/22(五) 3680元

MD09 8/25(一) ~ 8/29(五) 3680元



吳政育教練團隊

- ◆ 中華民國籃球協會B級籃球教練
- ◆ 94年SBL明星賽三分球大賽冠軍
- ◆ 97年SBL明星賽三分球大賽冠軍



| 時間 15:00 – 17:00 | 對象8-12歲 滿班人數20人

MD10 7/01(二) ~ 7/04(五) 2950元

MD11 7/07(一) ~ 7/11(五) 3680元

MD12 7/14(一) ~ 7/18(五) 3680元

MD13 7/21(一) ~ 7/25(五) 3680元

MD14 7/28(一) ~ 8/01(五) 3680元

MD15 8/04(一) ~ 8/08(五) 3680元

MD16 8/11(一) ~ 8/15(五) 3680元

MD17 8/18(一) ~ 8/22(五) 3680元

MD18 8/25(一) ~ 8/29(五) 3680元



謝濬澤教練團隊

- ◆ 中華民國籃球協會C級籃球教練
- ◆ 前新民國中籃球隊肌力與體能教練
- ◆ NSCA-CSCS美國肌力與體能訓練協會-肌力與體能訓練專家認證
- ◆ NASM-PES/CES美國國家運動醫學院-運動表現/運動矯正專家認證
- ◆ 再興高中HBL甲組第一名



★幼童籃球營

◆上課地點 | 8F籃球場(移動式小籃架) ◆教練 | 內湖運動中心專業教練團隊

幼童籃球適合學齡前及低年級初學籃球之學員，從基礎的運球、投籃訓練及分組遊戲，啟發對籃球的興趣。

| 時間 12:00 – 13:00 | 對象5-7歲 滿班人數12人

ME01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2080元

ME02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2580元

ME03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2580元

ME04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2580元

ME05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2580元

ME06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2580元

ME07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2580元

ME08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2580元

ME09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2580元

★進階籃球訓練營

◆上課地點 | 8F籃球場(半場) ◆教練 | 吳政育教練團隊

訓練課程包含從小組競賽、戰略分析到進階技巧等豐富內容。想在籃球場上大顯身手，擁有高超技術及團隊合作默契嗎？讓你變得更強的正確選擇，就是加入我們！

| 時間 13:00 – 15:00 | 對象10-15歲 滿班人數12人

MF01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2950元

MF02 7/07(一) ~ 7/11(五) 3680元

MF03 7/14(一) ~ 7/18(五) 3680元

MF04 7/21(一) ~ 7/25(五) 3680元

MF05 7/28(一) ~ 8/01(五) 3680元

MF06 8/04(一) ~ 8/08(五) 3680元

MF07 8/11(一) ~ 8/15(五) 3680元

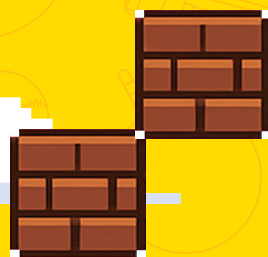
MF08 8/18(一) ~ 8/22(五) 3680元

MF09 8/25(一) ~ 8/29(五) 3680元



吳政育教練團隊

- ◆ 中華民國籃球協會B級籃球教練
- ◆ 94年SBL明星賽三分球大賽冠軍
- ◆ 97年SBL明星賽三分球大賽冠軍



★桌球訓練營

◆上課地點 | B1桌球場 ◆師生比 | 1:8 ◆師資 | 內湖運動中心專業教練團隊 ◆球拍自備

由專業教練安排教學課程，透過教練精心設計各種趣味教學，讓學員輕輕鬆鬆學會基本技巧，培養基礎能力，並讓沒學過桌球的學員也能一起輕鬆學習喔！

| 時間 10:00 – 12:00 | 對象6-12歲 滿班人數8人

MG01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MG02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MG03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MG04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MG05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MG06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MG07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MG08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MG09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

| 時間 13:00 – 15:00 | 對象6-12歲 滿班人數8人

MG10 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MG11 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MG12 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MG13 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MG14 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MG15 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MG16 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MG17 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MG18 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

★足球訓練營

◆上課地點 | 8F籃球場(半場) ◆師資 | 張博寓教練團隊

訓練孩子的協調能力及體力，讓孩子們在練習中獲得樂趣，學習足球的相關知識與比賽規則，增進足球技巧與觀念，並培養良好的運動精神及態度，進而養成良好的運動習慣。

| 時間 13:00 – 16:00 | 對象7-13歲 滿班人數12人

MH01 7/14(一) ~ 7/18(五) 4380元

MH02 7/28(一) ~ 8/01(五) 4380元

MH03 8/11(一) ~ 8/15(五) 4380元

MH04 8/25(一) ~ 8/29(五) 4380元



張博寓教練團隊

- ◆ 中華民國五人制足球協會FUTSAL B級教練證
- ◆ 臺北市五人制足球協會頒發之 C級教練證
- ◆ 大湖足球俱樂部-總教練
- ◆ 社子國小/碧湖國小-足球教練
- ◆ 86年大同盃國小足球聯賽冠軍
- ◆ 87年青年盃足球錦標賽冠軍
- ◆ 93學年度全國五人制足球錦標賽冠軍



專業運動項目

★撞球訓練營

◆上課地點 | B1撞球場 ◆師資 | 內湖運動中心專業教練團隊

學習撞球能提升專注力、操控性及策略上的演練。本中心提供安全撞球場環境，讓家長們能安心讓孩子學習撞球運動。

| 時間 13:00 – 15:00 | 對象9–15歲 滿班人數12人

MI01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MI02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MI03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MI04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MI05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MI06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MI07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MI08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MI09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

★壁球訓練營

◆上課地點 | 11F壁球場 ◆師資 | 林啟堂教練團隊

壁球是一項結合速度、力量和節奏感於一身的運動項目，對抗性很強。將高節奏的腳步移動和變幻莫測的球路，與靈活的戰術結合在一起。

| 時間 10:00 – 12:00 | 對象8–15歲 滿班人數10人

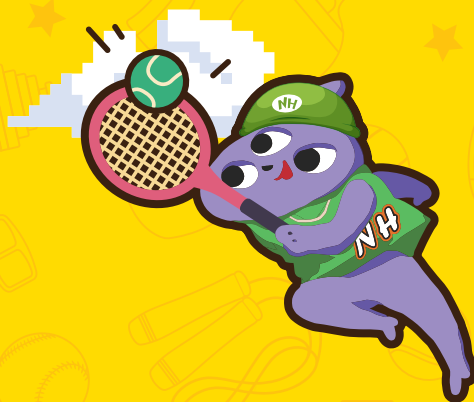
MJ01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MJ02 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MJ03 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MJ04 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MJ05 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元



趣味運動項目

★迷你網球營

◆上課地點 | 11F壁球場 ◆師資 | 林啟堂教練團隊

迷你網球課程適合國小中低年級以下及幼兒參加，課程內容包含基礎動作教學、基礎球感訓練及趣味體能遊戲，希望藉此培養小朋友對網球的興趣。

| 時間 10:00 – 12:00 | 對象5–9歲 滿班人數10人

MK01 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MK02 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MK03 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MK04 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元



林啟堂教練團隊

- ◆ 中華民國壁球協會A級裁判證
- ◆ 現任臺北市內湖區體育會壁球委員會主任委員
- ◆ 現任新北市體育總會壁球委員會總幹事

★低年級MV舞蹈營

◆上課地點 | 506教室 ◆師資 | 詩恩、曉羿老師 專業舞蹈教練團隊

完全不用任何基礎，喜歡跳舞的小朋友，由專業的老師安排生動有趣的教學方式，讓孩子從小培養舞蹈底子與音樂律動感，增強自信心。

| 時間 14:00 – 15:30 | 對象6-9歲 滿班人數16人

ML01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

ML02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

ML03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

ML04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

ML05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

ML06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

ML07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

ML08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

ML09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

★高年級MV舞蹈營

◆上課地點 | 506教室 ◆師資 | 詩恩、曉羿老師 專業舞蹈教練團隊

用舞蹈訓練小朋友的記憶力、專注力，在開心跳舞的同時，也能健康運動，與其他學員學會互相合作，完成歌曲排舞。

| 時間 15:30 – 17:00 | 對象10-15歲 滿班人數25人

ML10 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

ML11 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

ML12 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

ML13 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

ML14 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

ML15 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

ML16 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

ML17 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

ML18 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元



詩恩老師
專業舞蹈教練團隊

- ◆ 基隆反毒街舞大賽季軍
- ◆ COCO創意舞蹈大賽 季軍
- ◆ Ydcrew Locking 表演團體
- ◆ 桃園跨年晚會 女團表演
- ◆ 國小舞蹈社團老師



曉羿老師
專業舞蹈教練團隊

- ◆ 2024高雄OSTA爵劇舞蹈比賽銅牌
- ◆ 2024台中盂熱舞大賽 第四名
- ◆ 2024捷運盂熱舞大賽第六名
- ◆ 2024新光盂熱舞大賽第六名
- ◆ 2024新竹縣熱舞大賽第三名
- ◆ 仁愛國小社團老師
- ◆ 靜心國小街舞老師



★轉轉扯鈴營

◆上課地點||505教室 ◆師資||黃永珠老師

學習花式扯鈴不僅能提高孩子的肢體協調能力和專注力，還能促進創意發揮和提升自信心，是一項能讓孩子在娛樂中鍛煉技巧並獲得成就感的有趣運動！

| 時間 15:30 – 17:00 | 對象7-12歲 滿班人數16人

MP01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MP02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MP03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MP04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MP05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MP06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MP07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MP08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MP09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元



黃永珠老師

- ◆ 學校扯鈴社團指導老師
- ◆ 乙級教練證、丙級裁判
- ◆ 指導學生參加台北市及全國扯鈴比賽
- ◆ 指導學生參與社區表演活動
- ◆ 指導學生參與學校體表會演出
- ◆ 指導學生參與市長獎頒獎典禮表演



★趣味射箭營

◆上課地點||11F壁球場 ◆師資||覺觀射藝團隊教練團隊

以遊戲的型態接觸射箭運動，主要希望讓孩童在一個輕鬆而有趣的環境下認識射箭運動。適合初次接觸射箭運動的學員。

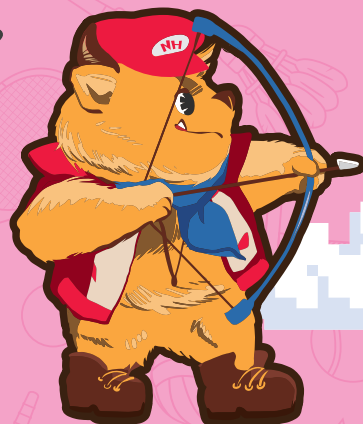
| 時間 15:00 – 17:00 | 對象6-12歲 滿班人數12人

MQ01 7/07(一) ~ 7/11(五) 3500元

MQ02 7/21(一) ~ 7/25(五) 3500元

MQ03 8/04(一) ~ 8/08(五) 3500元

MQ04 8/18(一) ~ 8/22(五) 3500元



★直排輪熱血營

◆上課地點 || 8F籃球場(半場) ◆師資 || 勁速直排輪專業教練團隊 ◆需自備直排輪

直排輪裝備：自備裝備或至勁速直排輪內湖店出示報名相關資料自行選購(中心學友享有優惠價)

| 時間 11:00 – 12:30 | 對象5-9歲 滿班人數16人

MR01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2880元

MR02 7/14(一) ~ 7/18(五) 3580元

MR03 7/28(一) ~ 8/01(五) 3580元

MR04 8/11(一) ~ 8/15(五) 3580元

MR05 8/25(一) ~ 8/29(五) 3580元



★益智圍棋營 **HOT**

◆上課地點 || B1教室TRX ◆師資 || 臺北市體育總會圍棋委員會專業師資團隊

圍棋是一種策略性運動，可訓練孩子的專注力、觀察力、判斷及邏輯能力。特別邀請臺北市體育總會圍棋協會的專業師資開班授課，讓各個孩子都有機會成為夢想中的棋靈王。

| 時間 09:00 – 10:30 | 對象6-12歲 滿班人數16人

MT06 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MT07 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MT08 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MT09 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

* 需額外購買搭配圍棋課程使用之教科書\$200元/本
(開課當日於課堂繳交給老師)

* 該梯次課程結訓將頒發專業機構認證之結業證書乙張



★益智西洋棋 NEW

◆上課地點 | B1教室TRX ◆師資 | 台灣智力運動發展協會專業師資團隊

培養孩子的邏輯力與專注力，學習西洋棋基本技巧，提升思考與應變能力，培養策略判斷與冷靜應對挑戰的能力。

| 時間 09:00 – 10:30 | 對象6-12歲 滿班人數16人

MT01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MT02 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

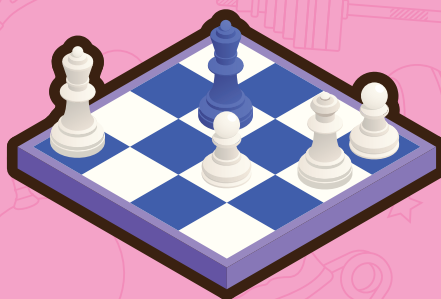
MT03 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MT04 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MT05 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

★需額外購買搭配西洋棋課程使用之教科書\$300元/本
(開課當日於課堂繳交給老師)

★該梯次課程結訓將頒發專業機構認證之結業證書乙張



★寶可夢卡牌訓練師 HOT

◆上課地點 | B1教室TRX ◆師資 | 台灣智力運動發展協會專業師資團隊

進行專業卡牌對戰教學，在組合卡牌對戰過程中訓練孩子思考，不只是數字加減，更指導孩子如何使用排列組合、能量、技能加乘，一步步思辨策畫謀略，用技巧戰勝對手，激發孩子的腦部潛能。

| 時間 09:00 – 10:30 | 對象6-12歲 滿班人數16人

MT10 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MT11 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MT12 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MT13 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MT14 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MT15 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MT16 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MT17 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MT18 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

★需額外購買寶可夢卡牌\$200元
(開課當日於課堂繳交給老師)

★該梯次課程結訓將頒發專業機構認證之結業證書乙張



★無人戰機營 NEW

- ◆上課地點 | 9F社區教室 ◆師資 | 伊索教育團隊師資團隊
- ◆本課程提供選購飛行機，家長可視需求加購，每組費用為800元

懷抱飛行夢想的詔光，人類已經擁有了翅膀。萊特兄弟歷經了無數次的失敗、跌落，總能勇敢站起，在飛行科學的歷史上寫下傳奇的一生，我們將以此激發孩子不屈不撓的精神，在空氣動力學的基礎下，操作專屬的飛行器翱翔天際。

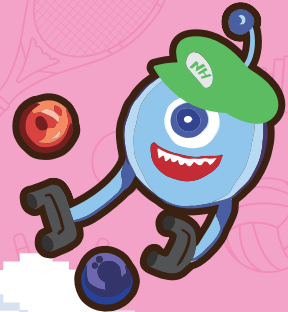
| 時間 16:00 – 17:30 | 對象7-12歲 滿班人數20人

MU01 7/07(一) ~ 7/11(五) 2880元

MU02 7/14(一) ~ 7/18(五) 2880元

MU03 8/04(一) ~ 8/08(五) 2880元

MU04 8/11(一) ~ 8/15(五) 2880元



MU01



彈射火箭
(認識彈力)



神奇飛機
(伯努力定律)



四軸
基礎操作



魔幻漂浮球
(康達效應)



四軸
進階操作

MU02



穿楊弓箭
(虎克定律)



飛行陀螺
(馬格努斯)



四軸
團隊練習



空氣加農砲
(氣體壓力)



四軸競賽

MU04

★遺失的煉金術 NEW

◆上課地點 | 9F社區教室 ◆師資 | 伊索教育團隊師資團隊

化學界泰斗—道耳頓，奠定原子理論基石，提出分壓定律，成為後世科學發展關鍵。與此同時他在教育上的貢獻也不可忽視，倡導實驗教學法，啟發後人。伊索團隊以他為楷模，鼓勵孩子們追尋科學真理，激發對化學的探索熱情。

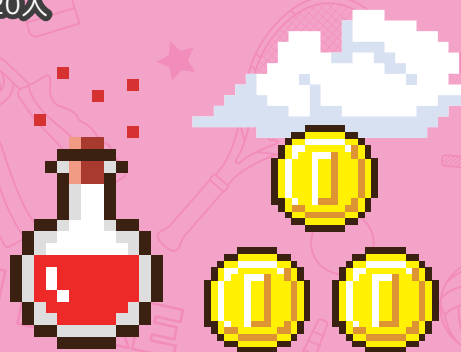
| 時間 16:00 – 17:30 | 對象7-12歲 滿班人數20人

MU05 7/21(一) ~ 7/25(五) 2880元

MU06 7/28(一) ~ 8/01(五) 2880元

MU07 8/18(一) ~ 8/22(五) 2880元

MU08 8/25(一) ~ 8/29(五) 2880元



MU05



大象牙膏
(物質的三態)



七彩彈力球
(純物質混合物)



魔幻造金術
(元素與化合物)



電動泡泡機
(元素週期表)



魔幻珊瑚
(認識分子)

MU06



酸鹼變變變
(認識酸鹼值)



摩艾石像
(石膏 & 石膏灰)



馬桶炸彈
(酸鹼應用)



魔法結晶
(認識溶解度)



點銅成金
(電鍍原理)



★甜點烘焙師 HOT

*材料費：4天1450元；5天1800元(開課當日於課堂繳交給老師)

◆上課地點 | 9樓社區教室 ◆師資 | 內湖運動中心專業教練團隊 ◆需自備大餐盒 ◆需另材料費

從0開始讓孩子們享受自己動手做烘焙的樂趣，將食材逐步轉變成料理，讓孩子學習與食物間的美好關係，啟發烘焙興趣的同時，提升動手能力和自信心。

| 時間 13:30 – 16:00 | 對象6-12歲 滿班人數15人

MS01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2400元

MS02 7/07(一) ~ 7/11(五) 2980元

MS03 7/14(一) ~ 7/18(五) 2980元

MS04 7/21(一) ~ 7/25(五) 2980元

MS05 7/28(一) ~ 8/01(五) 2980元

MS06 8/04(一) ~ 8/08(五) 2980元

MS07 8/11(一) ~ 8/15(五) 2980元

MS08 8/18(一) ~ 8/22(五) 2980元

MS09 8/25(一) ~ 8/29(五) 2980元

新創營隊

★跑酷訓練營 NEW

◆上課地點 | 11F壁球場 ◆師資 | 悍酷專業師資團隊

跑酷課程結合趣味與專業訓練，幫助孩子提升身體協調性、平衡感與核心力量，增強專注力與解決問題的能力。同時，透過循序漸進的教學，孩子能建立自信心、學會挑戰自我，並在安全環境中釋放能量。

| 時間 13:00 – 15:00 | 對象6-12歲 滿班人數10人

MW01 7/01(二) ~ 7/04(五) 2980元

MW02 7/07(一) ~ 7/11(五) 3680元

MW03 7/14(一) ~ 7/18(五) 3680元

MW04 7/21(一) ~ 7/25(五) 3680元

MW05 7/28(一) ~ 8/01(五) 3680元

MW06 8/04(一) ~ 8/08(五) 3680元

MW07 8/11(一) ~ 8/15(五) 3680元

MW08 8/18(一) ~ 8/22(五) 3680元

MW09 8/25(一) ~ 8/29(五) 3680元



★寶貝戰鬥營

◆自備環保餐具、睡袋 ◆含午餐及點心

星星班

| 時間 09:30 – 17:30 | 對象4–7歲 滿班人數12人(精緻小班)

MY01 7/01(二) ~ 7/04(五) 6600元

MY02 7/07(一) ~ 7/11(五) 8200元

MY03 7/14(一) ~ 7/18(五) 8200元

MY04 7/21(一) ~ 7/25(五) 8200元

MY05 7/28(一) ~ 8/01(五) 8200元

MY06 8/04(一) ~ 8/08(五) 8200元

MY07 8/11(一) ~ 8/15(五) 8200元

MY08 8/18(一) ~ 8/22(五) 8200元

MY09 8/25(一) ~ 8/29(五) 8200元

時間 / 星期	二	三	四	五
08:50–09:20	集合報到			
09:30–10:30	認識新朋友	黏土	足球	樂樂棒球
10:40–12:10	遊戲王	跆拳道	街舞	軟式躲避球
12:10–13:50	午餐 / 午休			
14:00–15:30	羽球	體適能	體操	手作藝術
15:30–15:50	點心時間			
16:00–17:30	橄欖球	造型拼豆	趣味桌遊	桌球
17:30–18:00	平安賦歸			

時間 / 星期	一	二	三	四	五
08:50-09:20	集合報到				戶外教學 (地點依當週戶外教學通知單為主)
09:30-10:30	認識新朋友	軟式躲避球	趣味黏土	足球	
10:40-12:10	遊戲王	跑酷	跆拳道	街舞	
12:10-13:50	午餐 / 午休				
14:00-15:30	羽球	體適能	體操	體適能	
15:30-15:50	點心時間				
16:00-17:30	橄欖球	造型拼豆	益智遊戲	趣味氣球	
17:30-18:00	平安賦歸				



★寶貝戰鬥營

◆自備環保餐具、睡袋 ◆含午餐及點心

太陽班

| 時間 09:30 – 17:30 | 對象4-7歲 滿班人數12人(精緻小班)

MZ01 7/01(二) ~ 7/04(五) 6600元

MZ02 7/07(一) ~ 7/11(五) 8200元

MZ03 7/14(一) ~ 7/18(五) 8200元

MZ04 7/21(一) ~ 7/25(五) 8200元

MZ05 7/28(一) ~ 8/01(五) 8200元

MZ06 8/04(一) ~ 8/08(五) 8200元

MZ07 8/11(一) ~ 8/15(五) 8200元

MZ08 8/18(一) ~ 8/22(五) 8200元

MZ09 8/25(一) ~ 8/29(五) 8200元

時間 / 星期	二	三	四	五
08:50-09:20	集合報到			
09:30-10:30	認識新朋友	造型拼豆	益智遊戲	足球
10:40-12:10	遊戲王	體操	體適能	手作藝術
12:10-13:50	午餐 / 午休			
14:00-15:30	橄欖球	趣味黏土	扯鈴	軟式飛盤
15:30-15:50	點心時間			
16:00-17:30	羽球	跆拳道	籃球	樂樂棒球
17:30-18:00	平安賦歸			

時間 / 星期	一	二	三	四	五
08:50-09:20	集合報到				(地點依當週戶外教學通知單為主) 戶外教學
09:30-10:30	認識新朋友	造型拼豆	益智遊戲	趣味魔術	
10:40-12:10	遊戲王	體操	體適能	體操	
12:10-13:50	午餐 / 午休				
14:00-15:30	軟式躲避球	橄欖球	趣味黏土	扯鈴	
15:30-15:50	點心時間				
16:00-17:30	羽球	足球	跆拳道	籃球	
17:30-18:00	平安賦歸				

★極限挑戰營

◆自備環保餐具、羽球拍、桌球拍 ◆含午餐及點心

熱愛運動、活力滿滿，總有用不完的體力~

每種運動都想嘗試，想精通各項運動專長~『極限挑戰營』是您最佳的選擇！

時間 09:30 - 17:30 |

對象9-15歲

撞球/橄欖球課程採輪替設計
單數代號為撞球課程，雙數代號為橄欖球課程

MX01 7/01(二) ~ 7/04(五) 6400元

MX02 7/07(一) ~ 7/11(五) 7950元

MX03 7/14(一) ~ 7/18(五) 7950元

MX04 7/21(一) ~ 7/25(五) 7950元

MX05 7/28(一) ~ 8/01(五) 7950元

MX06 8/04(一) ~ 8/08(五) 7950元

MX07 8/11(一) ~ 8/15(五) 7950元

MX08 8/18(一) ~ 8/22(五) 7950元

MX09 8/25(一) ~ 8/29(五) 7950元

籃球



基礎動作體能訓練、運球、傳球、投籃、小組搭配、競賽演練、團隊競賽等。

撞球



規則介紹、入門基本動作、姿勢講解、架桿、運桿、回桿等綜合訓練。

橄欖球



規則介紹、傳球、接球、跑動、攔截、進攻、防守等基本訓練。

羽球



基本步法、擊球、發球、長球、短球、殺球等，綜合訓練、比賽模擬、分組競賽。

桌球



基本握拍介紹、發球、擊球、步伐訓練等，綜合練習、比賽模擬、分組競賽。

時間	課程
08:50-09:20	集合報到
09:30-10:55	籃球
11:05-12:30	撞球/ 橄欖球
12:30-14:00	午餐午休
14:00-15:30	羽球
15:30-16:00	點心時間
16:00-17:30	桌球
17:30-18:00	平安賦歸



★全能冒險營

◆自備環保餐具、羽球拍、桌球拍 ◆含午餐及點心

| 時間 09:30 - 17:30 |

對象8-12歲 滿班人數36人

M002-M009拼豆/史萊姆課程採輪替設計
單數代號為拼豆課程，雙數代號為史萊姆課程

M001 7/01(二) ~ 7/04(五) 6400元

M002 7/07(一) ~ 7/11(五) 7950元

M003 7/14(一) ~ 7/18(五) 7950元

M004 7/21(一) ~ 7/25(五) 7950元

M005 7/28(一) ~ 8/01(五) 7950元

M006 8/04(一) ~ 8/08(五) 7950元

M007 8/11(一) ~ 8/15(五) 7950元

M008 8/18(一) ~ 8/22(五) 7950元

M009 8/25(一) ~ 8/29(五) 7950元

時間 / 星期	二	三	四	五
08:50-09:20	集合報到			
09:30-10:30	認識新朋友	桌遊	街舞	奇幻魔術
10:40-12:10	遊戲王	趣味黏土	拼豆	百變氣球
12:10-13:30	午餐 / 午休			
13:30-15:00	桌球	跆拳道	西洋棋	體適能
15:10-15:50	點心時間			
16:00-17:30	足球	籃球	羽球	扯鈴
17:30-18:00	平安賦歸			

時間 / 星期	一	二	三	四	五
08:50-09:20	集合報到				戶外教學 (地點依當週戶外教學通知單為主)
09:30-10:30	認識新朋友	體適能	街舞	烘焙師	
10:40-12:10	遊戲王	拼豆/史萊姆	趣味黏土		
12:10-13:30	午餐 / 午休				
13:30-15:00	桌球	西洋棋	跆拳道	小小蜘蛛人	
15:30-16:00	點心時間				
16:00-17:30	足球	橄欖球	游泳	羽球	
17:30-18:00	平安賦歸				



2025夏令營

★ NH ★
無敵破壞王
SUMMER CAMP



★ 臺北市內湖運動中心 ★
TAIPEI NEIHU SPORTS CENTER

官 網

F B



歡迎各大學校、安親班洽談運動課程包班
請洽：(02)2656-2869 分機233、101-104

TEL: (02)2656-2869 | FAX: (02)2627-0578

網址: <https://nhsc.cyc.org.tw/> | 地址: 臺北市內湖區洲子街12號