

桃園市中壢區青埔國民小學 115 學年度第 1 學期課後社團

跆拳道 社 招生簡章

- 一、上課時間：星期一:(15) 時(40)分至(17)時(10)分
- 二、上課堂數： 14 堂
- 三、指導老師：講師：張祐瑄老師
- 四、社團學費： 1900 元
- 五、招生對象： 1 ~ 6 年級生
- 六、講師或助教簡介(可介紹相關學經歷或附上專業證照)：
宏武 新明、新坡館教練
- 七、社團介紹：(社團課程大致內容，課程如有初階、進階、注意事項等，請說明清楚)
- 八、課程規劃大綱：

堂次	日期	授課內容
1	9/14	師資介紹，禮節講解(套量道服)、 正確暖身操運動教學講解
2	9/21	平行姿勢預備、馬步正拳攻擊
3	10/5	足技:前抬腳基本動作教學踢靶練習
4	10/12	足技:前抬腳基本動作教學踢靶練習
5	10/19	足技:前腳旋踢基本動作教學踢靶練習
6	11/2	足技:前腳旋踢基本動作教學踢靶練習
7	11/9	足技:旋踢基本動作教學踢靶練習
8	11/16	足技:旋踢基本動作教學踢靶練習
9	11/23	足技:前踢基本動作教學踢靶練習
10	11/30	足技:下壓基本動作教學踢靶練習
11	12/7	品勢:四周攻防步伐講解與練習
12	12/14	品勢:四周攻防步伐講解與練習
13	12/21	品勢足技總複習模擬考試訓練
14	12/28	品勢足技總複習模擬考試訓練
備註	服裝可自行準備或請教練代訂服裝 3000 元。舊生已有道服、跆拳道鞋者無需購買。	

※ 以上課程會依小朋友的學習能力作調整，僅為參考。

附件



No. : 09284606
Nationality : CHINESE TAIPEI
Name : ZHANG YOU XUAN
Date of Birth : 21 Sep. 1998



WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS WORLD TAEKWONDO HEADQUARTERS

위 사람은 본원 심사규정에 따른 태권도 3단 승단 심사에 합격하였으므로 이 증서를 수여함.

The above named person has successfully completed the KUKKIWON's 3rd Dan Taekwondo Promotion Test.

30 June, 2015



국 기 원
Seon-mun
President of the Kukkiwon

