2026 基隆黑鳶寒假籃球訓練營_活動簡章

一、 活動宗旨：

為推廣籃球運動，提升基隆地區校園籃球運動風氣與學生基礎籃球訓練，培養運動習慣以及籃球能力。並且由專業籃球教練指導，傳遞「訓練的力量」，讓學員能接受正確的籃球訓練、技能與團隊合作觀念。

二、 活動名稱：

2026 基隆黑鳶寒假籃球訓練營

三、 主辦單位：

基隆黑鳶籃球隊、啟程國際運動行銷股份有限公司

四、 指導單位：

基隆市政府

五、 活動日期：

2026/1/28 （三）

六、 活動地點：

國立基隆商工（基隆市七堵區東新街 22 號）

七、 招生對象：

基隆市國小三年級以上、國中與高中免費參加

八、 報名方式：

網路報名：https://www.beclass.com/rid=3050242692e70e0ab518

九、 訓練時間：

第一梯次 | 2026/1/28（三）

09:00-11:30 國小組 60 人（限 3-6 年級）

第二梯次 | 2026/1/28（三）

13:00-15:30 國、高中組 60 人

十、 師資陣容：

為提供更優質的訓練經驗、教學品質以及師生比例，每梯次將規劃 1 名總教練，至少搭配 4 名助理教練。

十一、 訓練內容：

個人基本攻守技巧、團隊組織配合與實戰對抗，內容循序漸進，由個人到團體。

國小組訓練課表

動態熱身（馬克操）
身體與籃球協調性訓練
運球訓練
個人技巧訓練、終結能力訓練
全場運動上籃
實戰對抗
靜態伸展

國、高中組訓練課表

動態熱身（馬克操）
身體與籃球協調性訓練
原地與行徑間運球（進階訓練）
進階小組配合訓練
團隊配合、戰術演練
全場運動上籃
實戰對抗
靜態伸展

十二、 學員收穫：

參加 2026 基隆黑鳶寒假籃球訓練營的學員，除獲得紮實訓練課程外，可獲得活動 TEE 乙件。

十三、 注意事項：

- 為維護籃球營服務品質，參加學員及家長均同意遵守本活動相關規定並配合主辦單位及現場人員指導。
- 參加學員於課程期間應穿著運動服裝、運動鞋，攜帶毛巾、水壺、替換衣物等。
- 活動開始後，因故提早離開或無法全程參與活動者，恕不補課，且建議攜帶適合自己使用的護具與裝備。
- 營隊學員應確認個人健康狀況良好，並可從事本課程的所有活動。活動期間主辦單位會投保公共意外險，也會盡全力保護學員的安全和健康。倘若有任何傷害或意外發生，家長同意會有可能支付超出保險涵蓋外之醫藥費用，主辦單位之全體工作人員無需負擔投保之公共意外險以外的責任與義務。
- 建議參加學員投保旅平險，以確保自身權益。
- 活動期間皆會攝影，學員肖像、姓名及訓練課程之錄影、相片，主辦單位基於宣傳用途，會進行刊登、播放等行為。
- 主辦單位保有修改取消、變更、暫停或終止本活動及相關活動之權利，如有未盡事宜，悉依主辦單位相關規定或解釋辦理，並得隨時補充公告之。
- 完成線上報名不代表錄取成功，主辦單位將審核報名資格，並以電子郵件通知錄取結果。
- 完成報名之學員，視為同意以上所有事項之聲明。
- 活動當天需繳交家長同意書（https://reurl.cc/laXxVE），未繳交之學員主辦單位有權禁止該員參加

本活動。

十四、 TEE 尺寸表

尺碼	衣長	胸寬	肩寬	袖長
XS	64	44	41	20
S	67	47	44	20
M	70	50	47	20
L	73	53	50	21
XL	75	56	53	21
2XL	77	59	56	21
3XL	80	63	59	22
4XL	83	66	62	22
5XL	86	71	65	22