

# 朱崙定向越野俱樂部第一期課程行前通知

一、活動名稱:朱崙定向越野俱樂部第一期定向越野課程

二、指導單位:中華民國定向越野協會

主辦單位:朱崙定向越野俱樂部

三、活動資訊:

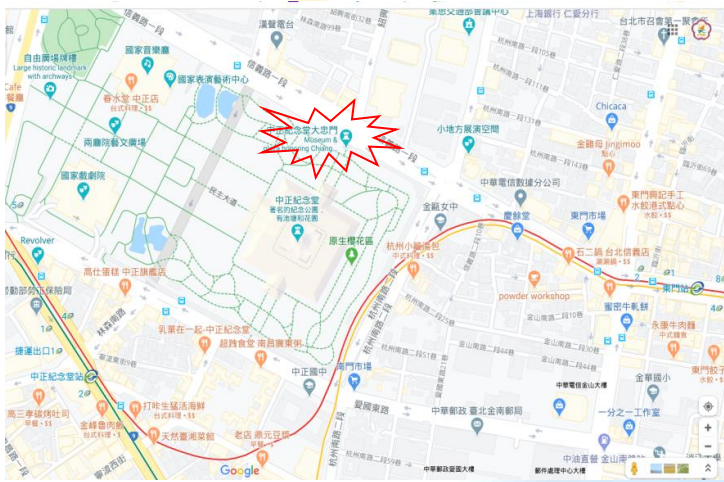
(一) 活動日期:2021年03月07日(星期日)

(二) 活動地點:中正紀念堂

(三) 活動時間:下午1點至下午3點

(四) 集合時間/地點:下午1點至中正紀念堂大忠門報到

(捷運東門站2號出口、中正紀念堂站5號出口大忠門在信義路一段上)



路線圖



集合地點示意圖

四、活動流程表:

時間	項目
13:00-13:10	報到
13:10-13:20	認識定向越野
13:20-13:50	基本定向技術及圖景對照
13:50-14:00	中場休息
14:00-14:50	跑定向
14:50-15:00	意見回饋
15:00	下課

五、課程內容:認識定向、如何閱讀地圖、定向技術運用、實際體驗、反思及回饋

六、收費方式：非俱樂部會員者 300 元，現場繳費。申請加入俱樂部會員者，當天領取會員證後即可享有會員折扣折抵 60 元，收費 240 元。

七、個人裝備需求：一般運動服裝即可。(因活動時間較長，建議準備遮陽帽、太陽眼鏡個人防曬用品，並攜帶水壺隨時補充水份，以防熱傷害發生。)

八、天氣：請參考中央氣象局掌握最新資訊：<https://www.cwb.gov.tw/V8/C/>

天氣轉涼，有短暫雨，出外請注意保暖並攜帶雨具備用。活動中請注意安全。

#### 注意事項：

1. 本場屬訓練活動。
2. 若身體有任何不適，請在家休息勿前往訓練。
3. 隨疫情變化，活動可能取消。

\*當日如有緊急狀況請聯絡：

中華民國定向越野協會【林冠宇教練：0910-128-102】

以上為第一期課程行前通知

祝 順利、平安

~朱崙定向越野俱樂部敬上~