

# 113 年度中級運動貼紮研習會暨認證參加辦法

- 一、宗旨：為增進運動貼紮與軟組織貼紮使用於常見運動傷害之預防或保護的專業知識，並瞭解其進階操作原理與應用時機，特辦理本研習活動。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：中華民國大專院校體育總會、臺北醫學大學
- 四、承辦單位：臺北醫學大學體育事務處
- 五、協辦單位：台灣運動傷害防護學會
- 六、日期：113 年 5 月 4 日（星期六）至 5 日（星期日）
- 七、地點：臺北醫學大學（臺北市信義區吳興街 250 號）
- 八、研習內容：
  - （一）運動貼紮之進階操作原理與應用時機
  - （二）傷害機轉介紹及運動貼紮實際操作（上肢、下肢）
  - （三）軟組織貼紮之進階操作原理與應用時機
  - （四）傷害機轉介紹及軟組織貼紮實際操作（上肢、下肢）
  - （五）運動貼紮與軟組織貼紮之綜合演練
- 九、舉辦方式：
  - （一）專題演講：邀請學者專家針對本研習內容進行教學。
  - （二）分組實習：針對所教授之技術進行分組練習。
  - （三）綜合座談：針對本研習內容進行討論。
- 十、日程表：如附件一
- 十一、參加對象：各級學校體育教師、運動教練、學生及社會人士有貼紮基礎者為佳
- 十二、參加人數：每梯次 60 人
- 十三、報名費用：含研習手冊、運動貼布（白貼、輕彈、重彈、肌內效貼布、皮膚膜、黏性保護墊）及證照檢定費
  - （一）一般人士：5,000 元
  - （二）學生或會員：4,500 元（學生檢附學生證；台灣運動傷害防護學會會員檢附繳費證明）
  - （三）戶名：中華民國大專院校體育總會；匯款帳號：合作金庫銀行台北分行 (006)0540-717-155224
- 十四、報名表：請填寫 Google 表單於 4 月 24 日（星期三）前提交，報名須上傳繳費明細截圖，始得視為完成手續。<https://forms.gle/hcBYbVz1HWFSVDLg7>
- 十五、備註：
  - （一）因故無法參加者請於活動舉行前十日以郵件或電話通知本會研究發展組，否則概不退費。
  - （二）報到時間及地點於舉行前一週以電子郵件 (E-mail) 通知。
  - （三）參加學員請向所屬單位申請公（差）假。
  - （四）研習期間供應午餐，如須住宿請自行處理。
  - （五）請穿著輕便運動服裝（短袖、短褲），並自備口罩、水壺及剪刀。
  - （六）肢體毛髮較多者建議先刮除，以免貼布黏著效果降低。
  - （七）全程參與者由大專體總頒發研習證書，並可參加運動貼紮技術測驗，通過者由台灣運動傷害防護學會核發中級運動貼紮證書。

## 113 年度中級運動貼紮研習會暨認證日程表

	時 間	內 容	主持（講）人
第一日	08:30~09:00	報到	
	09:00~09:10	始業式	臺北醫學大學 甘乃文 體育長
	09:10~10:00	運動貼紮之進階操作原理與應用時機	
	10:00~10:10	休息	
	10:10~12:10	運動貼紮實際操作【足部、腕】	
	12:10~13:10	午餐	
	13:10~14:40	運動貼紮實際操作【膝關節】	
	14:40~15:00	休息	
	15:00~16:30	運動貼紮實際操作【大腿、肘關節】	
	16:30~17:00	Q&A	
第二日	08:20~08:30	報 到	
	08:30~09:20	軟組織貼紮之進階操作原理與應用時機	
	09:20~10:50	軟組織貼紮實際操作【足部】	
	10:50~11:00	休息	
	11:00~12:00	軟組織貼紮實際操作【膝關節、下背】	
	12:00~13:00	午餐	
	13:00~14:50	軟組織貼紮實際操作【肩頸、上肢】	
	14:50~15:00	休息	
	15:00~15:50	綜合演練	
	15:50~16:00	結業式	臺北醫學大學 甘乃文 體育長
	16:00~17:30	綜合貼紮技術測驗	台灣運動傷害防護學會