

臺南女中體育組 111 學年度第 1 學期辦理各項體育活動相關時程表

時程 活動項目	活動日期	活動時間	備 註
體育股長及體育幹事訓練	9/1(四)	12:10~13:10	徵詢班級意見反應
班際排球裁判研習	9/7(三)	12:10~13:10	可現場報名
高三班際排球賽	9/8(四)-9/20(二)	16:10~17:10	9/1(四)抽籤
校運小會舞研習	9/14(三) 12/7(三)	12:10~13:10 13:20~16:10	高二各班負責同學務必參加
校運看板製作研習	9/20(二)	12:10~13:10	自由報名參加
田徑裁判研習	9/15(四)	12:10~13:10	體育館地下室 田徑場
田徑技術教學研習	9/21(三)-10/3(一)	12:10~13:10	本校田徑場
校運會會前賽	10/17(一)-10/28(五) 11/8(二)-11/15(二)	徑賽:第八節 田賽:6、7節、中午	報名至 9/23(五)放學前
校運會獎章封面比賽	10/28(五)	10/28 放學前	交至體育館 3F
高二班際排球比賽	10/31(一)-11/10(四)	第八節及中午	9/1 抽籤
高一 8 人制拔河比賽 說明暨裁判研習	11/11(五)	12:10~13:10	體育館 4F, 9/1 抽籤
高一 8 人制 拔河比賽	11/16(三)-11/23(三)	12:10~13:10	比賽前一天過磅, 請對隊 體育股長記錄
第 65 屆全校運動大會	12/7(三)	13:30~17:00	預演
	12/9(五)-12/10(六)	兩天	
校運會看板佈置比賽	12/9(五)-12/10(六)	兩天	操場

體育運動場館開放規定事項



請同學善加利用，並遵守各項使用規定。

場館名稱	開放時間	規定	備註
一樓 羽球館	週一至週五 12:00-12:35 16:10-17:40	1. 器材歸還並整理場地清潔。 2. 離開時請隨手關燈及電風扇，並整理場地清潔。 3. 注意安全。	★週六、日 不開放
三樓桌球室	週一至週五 16:10-17:40	1. 器材歸還並整理場地清潔。 2. 離開時請隨手關燈及電風扇，並整理場地清潔。 3. 注意安全。	★週六、日 不開放
二樓重訓室	週一至週五 16:10-17:00	1. 離開時請關閉窗戶、電扇、電燈。 2. 遵守使用規定與方法，避免受傷。 3. 重訓室關閉後將上鎖，不對外開放。	
室外排球場	週一至週五 16:10-17:40	1. 離開時請整理場地清潔。 2. 公用球籃設置於一樓電梯旁神秘洞穴、一百公尺起點洗手台處與終點各一。每籃5顆球，使用完畢後請務必歸還，你各位好好愛惜啊！全部弄丟就真的巴比Q了欸！	★體育館四樓 校隊練習 不外借。
室外其他 運動場所		1. 注意安全並清潔場地。	★考試前一週 停止開放。
游泳池	詳見學校公告	1. 進入游泳館後請先填寫登記本。 2. 自備泳衣、泳具。 3. 遵守規定與遵從救生員指導。	★游泳池很讚啦 大家多加使用

※※※大考一定需要很充沛的體能。體能的累積，從日常點滴開始※※※