

2013 安妮卡學院&TLPGA 專業教學研習營

學員需知

親愛的學員，歡迎您報名參加 2013 安妮卡學院&TLPGA 專業教學研習營，為使課程進行順暢及提升上課品質，請於上課前詳閱並遵守以下事項：

上課時間：2013 年 8 月 23-25 日(星期五-日) *依學員報名日期上課

上課地點：1)長庚球場練習場 (桃園縣龜山鄉長庚球場路 66 號)

2)國立體育大學 體適能教室 (桃園縣龜山鄉文化一路 250 號)

一、報到：

1. 地點：長庚球場練習場。
2. 上課前 20 分鐘完成報到手續。
3. 領取上課通行證、紀念品(一次)、每日兩瓶水
4. 報到後若無法出席上課，不得以任何理由要求退還報名費用。

二、穿著及配備：

1. 請穿著高爾夫球服、休閒服、高爾夫球鞋、運動鞋。禁止高跟鞋及拖鞋。
2. 請隨時配戴上課通行證，進出各上課場所均需憑證入內。
3. 請依課程需求自行攜帶球桿。

三、餐飲及交通

1. 提供每日午餐。
2. 請自行前往長庚球場練習場。
3. 主辦單位有安排接駁車往返長庚球場至國立體育大學體適能教室。

四、為使課程進行順暢及提升上課品質，課程進行中請遵守：

- 1.禁止照相、簽名(主辦單位將安排時段讓學員和講師合影、簽名。)
- 2.禁止吸菸
- 3.禁止大聲喧嘩或聊天
- 4.禁止吃東西
- 5.關閉手機或轉為靜音/震動
- 6.勿任意走動

五、如遇天災或氣候之因素，主辦單位有權益調整課程內容。並請依主辦單位通知之訊息為準。

台灣女子職業高爾夫協會(TLPGA)

電話：02-8771-1011

網址：www.tlpga.org.tw

課程安排：

8/23(五) 、8/25(日)	
8:00am-8:45am	地點：2F 練習場 內容：參與學員報到
8:45am -9:00am	地點：1F 練習場 內容：歡迎致詞
9:00am-10:30pm 10:30am-12:00pm	場地：1F 練習場、練習果嶺(分組 A、B 組教學) 內容：選手教學計劃概論--長桿、沙坑救球、切桿等課程(沙拉塔 Charlotta Sorenstam) 短桿教學計劃概論-短桿、推桿課程(大衛 Dave Wheeler)
12:00 pm -1:00pm	場地：2F 餐廳 內容：教師與學員共進午餐
1:00 pm -2:00pm	場地：2F 餐廳 內容：課程 Q&A(沙拉塔 Charlotta Sorenstam/大衛 Dave Wheeler) 營養學課程(凱 Kai Fusser)
2:00 pm -2:30pm	學員搭接駁車至國立體育大學
2:30 pm -5:00pm	場地：國立體育大學-健身房(分組教學) 內容：選手健身計劃及實作(凱 Kai Fusser)
8/24(六)	
9:30am-10:00am	地點：2F 練習場 內容：參與學員報到
10:00am-11:30am	場地：1F 練習場 內容：安妮卡 Annika Sorenstam 與選手互動教學
11:30am- 12:00pm	場地：1F 練習場 內容：安妮卡 Annika Sorenstam 與所有學員拍攝團體照
12:00pm-2:30pm	場地：2F 餐廳 內容：安妮卡 Annika Sorenstam 與學員共進午餐 安妮卡 Annika Sorenstam 與贊助商貴賓拍攝個人照
2:30pm-3:00pm	場地：2F 餐廳內 VIP 包廂 內容：媒體訪問時段
3:00pm-4:00pm	場地：2F 餐廳 內容：東西交流-安妮卡 Annika Sorenstam 與涂阿玉分享如何保持在巔峰狀態的祕訣
4:00pm-5:30pm	場地：2F 餐廳 內容：由安妮卡 Annika Sorenstam 頒發業證書並拍照
5:30pm	課程結束

國立體育大學體適能教室位置圖

- 請沿箭頭指示移動至體能教室（位於體大科技大樓 B1F，請跟隨以下箭頭移動至教室入口，入口處將有指示牌引導）。
- 體能課程上課需知：請學員於課程前事先更換運動服、運動鞋，並自備運動毛巾。教室外將有置物櫃供學員使用。

