

靜宜大學體育室活動辦理成果紀錄表

填表日期：113 年 12 月 02 日

壹、活動基本資料

承辦單位	體育室	承辦老師	葉子誠
活動時間	113 年 11 月 30 日 至 113 年 12 月 01 日		
比賽地點	靜宜大學-運動資訊中心		
活動名稱	113 年體適能健身 C 級指導員認證講習會		

貳、活動內容(可自行增列項目)

一、參加人員計男生 65 人，女生 35 人，總計 100 名。

二、比賽/活動場次：1 場。

三、活動內容（特色）描述：提昇體適能從業人員得專業素質，推廣國內體適能專業 認證制度及正確減重、健身運動觀念，並滿足民眾對運動指導的需求，重視健身運動的專業，達到全民運動的目標。

健身運動有效促進身體各部位機能、提高代謝、延緩老化及骨質疏鬆。如何正確指導、編排，讓運動更生活化 更安全有效，讓有需要或興趣的民眾能夠有學習的管道。 並透過考核與授證，提昇參與學員專業能力，教育民眾重視運動的專業。

參、證照通過人數：名，校內學生總共名(尚未公布)

肆、活動照片(2-4 張，請另外繳交原始檔)



申明：本人同意將此報告內容收錄於靜宜大學有關刊物或網頁。

填表人姓名：葉子誠

