

115 年度繼續教育課程 - 田中馬跑者防護課程與招募
彰化縣物理治療師公會 115 年度繼續教育課程
田中馬跑者防護課程
課程簡介

在運動當中不管是業餘還是職業的選手都是需要經過體能上的鍛鍊來參與各種賽事來奪得佳績，而在馬拉松項目是一個需要長時間包含心肺、肌耐力、下肢重複性收縮肌肉並且乘載身體的一個運動項目，不管在訓練過程還是在比賽中會因為重複、反覆的收縮而可能有運動傷害的產生，而透過這次的內容能夠使我們更熟悉在馬拉松運動項目中我們可以如何協助選手進一步的減緩運動後不舒服、傷害判斷、讓選手順利完成比賽。

課程內容

115 年 11 月 1 日(星期日)		
時 間	題 目	講 師
08:50~09:00	報 到	
09:00~10:30	馬拉松跑者動作分析	陳冠勳 治療師
10:30~12:00	肌貼實務應用	陳冠勳 治療師
12:00~13:00	休息時間	
13:00~14:30	針對馬拉松跑者的暖身	周思妤 治療師
14:30~16:00	跑者的伸展	周思妤 治療師

講師介紹：

【陳冠勳 物理治療師】

國立臺灣大學 物理治療學系

IOC Diploma of Sports Physical Therapy 國際奧會運動物理師

MSS Upper Quarter & Lower Quarter

Dynamic Taping Part A

現職：

生生優動 博愛明誠\文化中心 運動物理治療所

有寧真好 運動健康工作室

應用貼紮 Applied Body Taping 課程講師

工作與相關經歷：

2026 全大運體操 臺大體操隨隊防護

2025 任職於國家訓練中心；雙北世壯運 場邊防護組

2024 臺灣體操潛力優秀選手培訓 隨隊物理治療師

2020~2025 師大飛虎田徑、臺北市三民體操、臺大體操、臺大羽球隨隊防護

2021~2024 全運會、全大運隨隊防護

【周思妤 物理治療師】

輔英科技大學 物理治療學系

STOTT PILATES® Rehab RM1, 2&RR1, 2 認證

STOTT PILATES® Reformer

STOTT PILATES® ICCB

Gyrokinesis® Level1 國際嬋柔認證

Gyrotonic®Supervised

GYROTONIC® Jumping Stretch Board

GYROTONIC® Leg Extension Unit

GYROTONIC® Archway level 1

Redcord® Neurac1

Redcord® AI & AA 挪威懸吊紅繩運動

Animal flow level 1

NASM-CPT 私人教練培訓

現職

溫動皮拉提斯主理人

工作經歷與相關經歷

2024~2025 田中馬拉松防護

2025 馬拉松講師選手滾筒放鬆

2021 海青工商體育班防護

2020 林園高中體育班防護

2011 博勝復健科診所

2015 潘明享顧客

2017-2026 自由教練

課程時間：

本課程於 115 年 11 月 1 日(星期日) 8 點 50 分至 16 點 00 分舉辦

課程地點：

身呼吸動作空間

彰化縣員林市新生路 200 號 4 樓

課程人數：

25 人。

課程費用：

※ 非公會會員 1200 元

※ 公會會員 800 元

課程注意事項：

1. 請著**輕便服裝或攜帶短褲**，並攜帶**剪刀**。
2. 教室內**不可飲食**，但請保持環境清潔。
3. 課程中請勿拍照或錄影。
4. 課程當中提供飲水，請自備環保杯。
5. **不提供午餐，需自行處理。**
6. 不接受因個人因素而頂替原學員上課，當天請攜帶身分證。

主辦單位：

社團法人彰化縣物理治療師公會

協辦單位：

身呼吸動作空間

學分認證：

物理治療師積分申請中

報名方式與繳費管道：

報名截止日期： 115/10/25

1. 繳交課程費用方式：

ATM、網路 ATM 或臨櫃繳費，並留存轉帳存根或轉帳成功網頁截圖

戶名：彰化縣物理治療師公會

轉帳號碼：049001001062，台灣銀行員林分行(銀行代號:004)。

2. 確認報名完成

繳費與填寫報名表 5 個工作天後，於公會網站之最新消息中公告課程錄取名單，並寄發信件通知繳費完成。人數眾多時，以彰化縣物理治療師公會會員優先錄取。

3. 退費事宜：

- 已完成報名程序，因個人因素無法參與課程：
 - (1) 於課程日前 7 日內(不含上課當天)告知，恕不退費。
 - (2) 於課程日前 7 日以上(不含上課當天)告知，可退 5 成費用(扣除轉帳手續費)。
 - (3) 已完成報名，若因公會因素或天災因素(依彰化縣政府規定宣布停止上課時)，課程延期而導致無法前往上課，將全額退費用。
- 若報名人數額滿，卻繳費：
 1. 請寄信告知進入候補名單，若後續沒候補上時，將扣除手續費退還金額。**郵件內容須包含：姓名、課程名稱、身份證號、電話、身分別(公會會員、他縣會員)、服務單位、退款資料(帳號、銀行名與戶名)**

交通方式：身呼吸動作空間（彰化縣員林市新生路 200 號 4 樓）

開車：

中山高員林交流道下→往東南走員鹿路一段/148 縣道朝員鹿路一段 38 巷→左轉進入至善街→向左轉進入新生路→目的地在右手邊。

搭大眾運輸：

搭火車至員林火車站後，由後火車站出口，往新生路走，遇新生路向右走約 4 分鐘路程。

停車訊息：(如圖)



身呼吸動作空間 停車資訊

1. 嘟嘟房(員林新生站)
步行約 5 分鐘
2. CITY PARKING 城市車旅停車場 員林基督教醫院站 510 彰化縣員林市莒光路 456 號
步行約 5 分鐘
3. 員林車站自行車停車場 510 彰化縣員林市靜修路 51 號: 步行約 3 分鐘
4. 鑫園停車場 510 彰化縣員林市靜修路 49-4 號:步行約 4 分鐘
5. CITY PARKING 城市車旅停車場 火車站 510 彰化縣員林市民權街 82 號
步行約 5 分鐘