



2026年暑期

兒童非撞式欖球興趣班

IO: 411404380

活動名稱 / 課程編號	年齡 / 級別	日期及星期	時間	費用
[兒童非撞式欖球] 411404380-A	3-5 歲	[逢星期六 · 8堂] 07月: 04, 11, 18, 25 08月: 01, 15, 22, 29	1100 - 1200	21/06 或之前報名: \$1040
[兒童非撞式欖球] 411404380-B	6-7 歲	補課 09月: 05	1215 - 1315	22/06 或之後報名: \$1120

地點：烏溪沙青年新村 (戶外場地)
名額：每班15位，先到先得，額滿即止。
報名：填妥報名表格，連同費用在辦公時間交回本中心。

兒童非撞式欖球 (Touch Rugby) 是一種安全、有趣且無身體碰撞的球類運動，非常適合幼童至青少年 (3-12歲以上) 發展體能，此運動能提升手眼協調、專注力及與團隊合作。

兒童非撞式欖球的關鍵特點與好處

- 高安全性：沒有摔倒或猛烈撞擊，只能以觸碰阻止持球球員，不能使用擒抱。
- 促進體能：訓練敏捷度、速度、躲避技巧和手眼協調。
- 培養團隊精神：學習在團隊中合作、溝通和遵守紀律。
- 適合年齡：通常從 3-4 歲開始 (「欖球寶寶」類別)，課程多以遊戲形式 (Game-based) 進行。
- 裝備簡單：通常只需舒適的運動服及運動鞋。