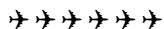




桃園璞園領航猿 校園飛行計畫：領航點點名



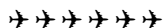
桃園璞園領航猿籃球隊為桃園在地職業籃球隊
於2022-23第三屆PLG賽事例行賽獲得第三名的成績
主場位於桃園市立綜合體育館。

我們正在找尋喜愛籃球、熱愛籃球的年輕學子
嚮往職業籃球殿堂的你，即刻報名體驗「職籃球員日常訓練」

想知道職業籃球員練球內容是什麼？體能課表有多精實？
想增進自己的籃球技能，獲得球星們的貼身指導？
體驗職業賽場上的對抗強度？

桃園璞園領航猿校園飛行計畫：領航點點名

就等你來點名啦~



| 活動內容 |

由桃園璞園領航猿安排教練與球員前往校園指導
120分鐘的課程將包含：體能訓練、球感訓練、攻防訓練、分組對抗

| 報名資格 |

須為桃園在地國小、國中生
(不限男女)

| 設備提供 |

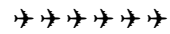
校方需協助提供室內或具遮蔽頂棚之籃球場地(含一個全場)
活動輔具如籃球、梯繩(3組)、角錐(30個)
播音設備(無線麥克風及音響等)

| 場次時間與人數 |

為顧及教學品質，每場次人數40人為限
如有意願參與請提供9/1-10/31止可參與時間



校園飛行計畫：領航點點名活動流程



時間	活動內容
20 分鐘	專項體能訓練
20 分鐘	球感訓練(運球 傳球)
20 分鐘	球感訓練(投籃)
20 分鐘	攻防訓練
30 分鐘	分組對抗
10 分鐘	分享與提問
120 分鐘課程	

*本活動流程僅供參考，實際時間依照教學與學習狀況而定