

國立雲林科技大學 推廣教育中心  
『雲科大柔道訓練推廣班-成人組』(第一期)  
上課通知單

親愛的學員 您好：

「雲科大柔道訓練推廣班-成人組」，即將開始上課囉！請帶著喜愛運動的心，一起來活動筋骨！

**一、課程資訊：**

- 1.上課日期：113/10/01(二)-113/12/31(二) (每周二、四)。
- 2.上課時間：晚上 06:30-08:30(2 小時)。
- 3.上課地點：雲科大體育館(PD)地下 2 樓 B216 柔道教室。

**二、課程內容規劃：**

課次	開課日期	授課大綱			時數
1	113.10.01(二) 至 113.12.31(二)	柔道之武術精神與概念	柔道場禮儀與武道精神		4
2		柔道護身打法技術 (一)地板動作 (二)護身打法	(一)前滾翻、後滾翻、前滾翻分腿、龍蝦運動 (二)臥姿、坐姿、蹲姿護身打法	加強基本技術	4
3		柔道護身打法技術 (三)地板動作 (四)護身打法	(三)後滾翻分腿、反龍蝦運動、前倒護身臂力加強 (四)立姿、左右、前迴轉護身打法	加強基本技術	6
4		柔道護身打法技術 (五)寢技動作 (六)立技摔法	(五)架裝壓制動作 (六)扶腰摔法、過肩摔、丟體、大外割、大內割	加強基本立技技術	26
5		模擬比賽	比賽規則說明及比賽模擬練習	綜合練習	12
總時數					52

備註：(1)需著柔道服裝，另至少一件替換衣服、毛巾，自備水壺。

(2)共計 26 堂(10 月 10 日國定節日停課)。

### 三、注意事項：

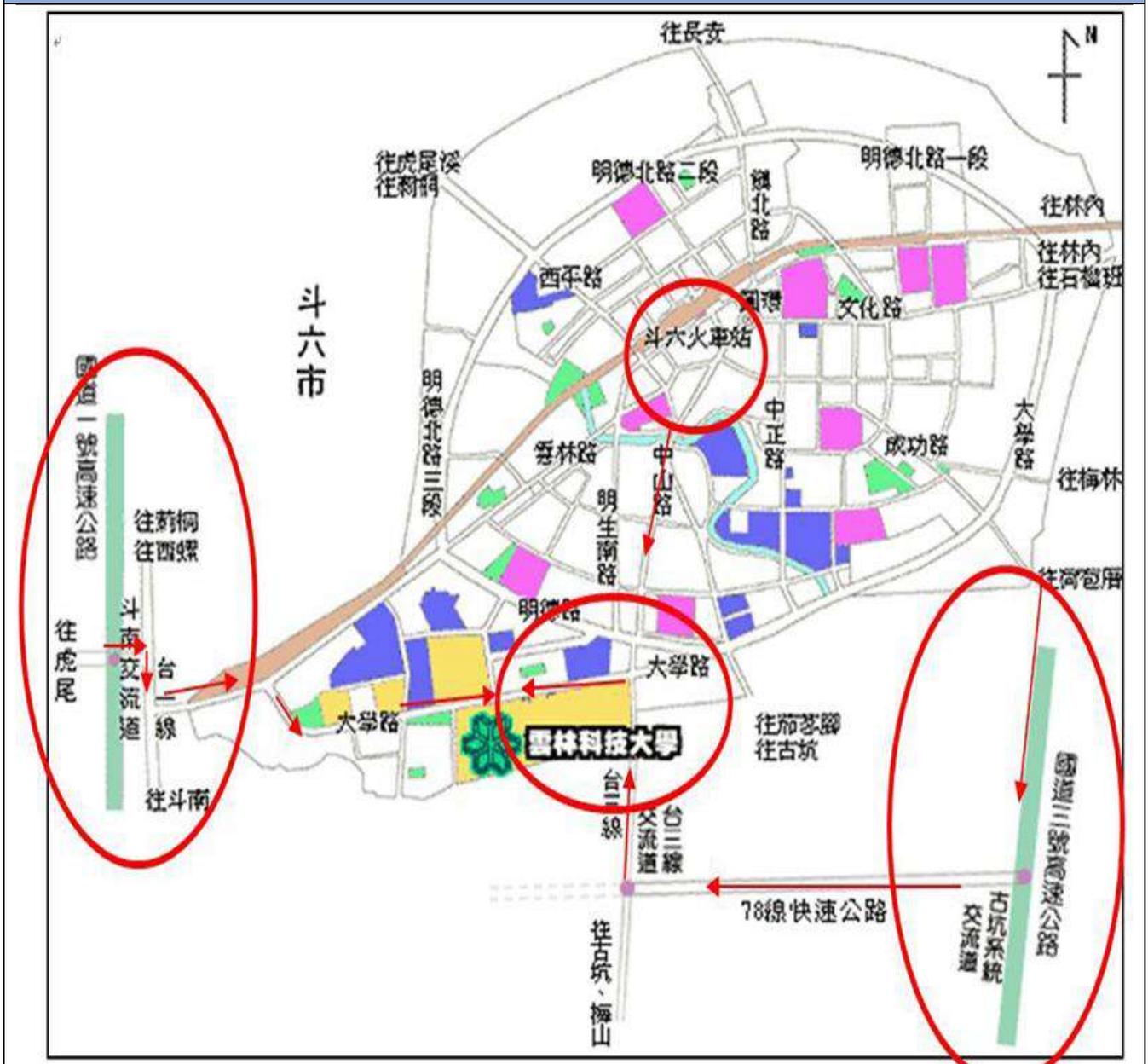
1. 本課程上課地點位於雲科大體育館(PD)地下 2 樓 B216 柔道教室。(詳如交通資訊圖示)
2. 校內停車資訊：雲科大於 113 年 7 月起開始收取汽車停車費，有請學員留意此訊息。
  - (1) 汽車：校內停車場，每小時計費 20 元；臨停 30 分鐘內免費。
  - (2) 機車：因體育館離校門口較遠，建議在龍潭路附近(籃球場區)找機車格停放，校內禁行機車。
3. 請學員記得攜帶：
  - 需著柔道服裝(可協助購買)，另至少準備一件替換衣服、毛巾。
  - 請學員自備水壺，體育室備有飲水機並有廠商定期維護，水質乾淨衛生，請放心。
4. 當遇到颱風、地震或其他天然災害等不可抗力因素時，本中心將依照政府人事行政局之公告停班停課，並另行通知補課日期。若您無法配合補課日期，我們將依未提供教學服務之比例退還學費。
5. 收到本通知後，請以 e-mail 或在官方 LINE 回覆「學員姓名 000 收到」，謝謝。
6. 退費原則：依據專科以上學校推廣教育實施辦法第十七條規定，學員完成報名繳費後，因故申請退費，應依下列方式辦理：
  - (1) 學員自報名繳費後至開班上課日前申請退費者，退還已繳學分費、雜費等各項費用之九成。自開班上課之日起算未逾全期三分之一申請退費者，退還已繳學分費、雜費等各項費用之半數。開班上課時間已逾全期三分之一始申請退費者，不予退還。
  - (2) 已繳代辦費應全額退還，但已購置成品者，發給成品。
7. 聯絡電話：
  - 推廣教育中心：05-5342601 轉 2281-2284
  - EMail：[lusufen@yuntech.edu.tw](mailto:lusufen@yuntech.edu.tw)
  - 工作人員手機：

承辦人	聯絡電話	聯絡電話
劉素芬	0910-931086	05-5342601 轉 2284
張愛苓	0966-129112	05-5342601 轉 2281
黃怡綸	0971-790350	05-5342601 轉 2283

- 推廣教育中心網址：<http://anx.yuntech.edu.tw/>
- 推廣教育中心粉絲專頁：<https://www.facebook.com/yuntechtcx/>
- 推廣教育中心 LINE 官方帳號 ID：[@ivi6389o](https://www.line.me/tw/official/@ivi6389o) 《雲科大推廣教育中心》

四、交通資訊：

雲科大位置圖



# 校園內部路線指引



● 上課/接送地點指引圖 ●



1.校門口進來後 於噴水池左轉



2.左轉後於第一個三叉口右轉



3.右轉到底 過柵欄繼續直走



4.體育館位於左手邊



5.直走後右轉進入體育館大門口



6.體育館 (家長接送區)



7.進入體育館左轉 並直行



8.下樓梯至地下2樓

● 上課/接送地點指引圖 ●



## 五、雲科大臨停車輛收費支付方式

[https://pay.pss-group.com/#/?site\\_id=PSS\\_HB487](https://pay.pss-group.com/#/?site_id=PSS_HB487)



### 雲科大臨停車輛支付方式說明

(一) QR-CODE 雲端多元支付：  

1. 本校 12 處 RQ-CODE 支付柱
2. 雲科大臨停車收費雲端支付平台網址

[https://pay.pss-group.com/#/?site\\_id=PSS\\_HB487](https://pay.pss-group.com/#/?site_id=PSS_HB487)



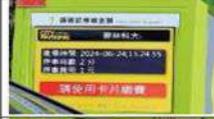
### 車牌辨識線上繳費操作教學



(二) 大門出口處設有二台多元支付(可印紙本發票含統編)

多元支付：信用卡、悠遊卡、iPASS 一卡通、icash 2.0、  
LINE PAY、APPLE Pay、街口支付

支付流程：

	1. 至出口支付柱，依螢幕金額進行繳費
	2-1 依支付工具，選擇支付： (1) 掃描區 QR 支付 (如: LINE PAY、街口支付) (2) 感應區卡片支付 (如: 信用卡、悠遊卡) 2-2 如有優待券於掃描區掃 QR，如若尚有須繳費 (如 50 元優待券)，再依金額繳費。

	3-1 發票 (1) 如需統編，請輸入統編號碼列印紙本發票。 (2) 毋須統編者，繳費後可掃描手機載具或存至支付工具。 3-2 拿取發票離場
---	---

(三) E-TAG

申請 eTag 智慧停車服務者 (註)，當車輛駛入停車場時，自動感應車上的 eTag 後，柵門自動開啟，進場收到提醒通知、出場收到收費通知，隔天自動向信用卡請款。

註 申請本 eTag 智慧停車服務者為：車輛有安裝 eTag，並在 APP 上綁定信用卡台新、遠銀、國泰、玉山、中信，申請後約 3-10 個工作日，收到服務開通通知後方可使用。