



新北市私立及人高級中學 棒球訓練營(第二梯次)

及人高中棒球隊(國中部/高中部)即將成立!

歡迎來認識及人的教學理念與師資!

結合帕菲克運動基地教練團隊與運動科學設備打造高規格的訓練營

主辦單位:新北市私立及人高級中學

承辦單位:Nicesports 帕菲克運動基地

日期:111年05月14日(星期六)

時間:上午09:00-下午17:00

報名參與對象:棒球校隊生、社區球隊及對棒球有興趣者(國中/高中生)

費用:免費

地點:Nicesports 帕菲克運動基地(新北市中和區錦和路388號2樓)

報名聯繫電話:0910-168-116 許先生 or Line搜尋:@nicesports(需加@)

參與教練團隊:

何獻凡(國家級教練(A級教練)中華成棒培訓教練)、黃恩賜(前中華職棒7-ELEVEn球員)、何紹彬(前美國職棒馬林魚球員)、李品叡(前中華職棒7-ELEVEn球員)、林璿增(前台中運動家成棒隊球員)、李岱祐(前城市科技大學棒球教練)、耿伯軒(前美國職棒藍鳥隊球員)、方克偉(前中華職棒富邦悍將球員)

訓練流程

日期	05/14(星期六)
08:30-09:00	報到
09:00-10:00	及人中學國中部-學校介紹、師資&教學介紹
10:00-12:00	<p>檢測項目</p> <ul style="list-style-type: none"> -打擊項目(擊球初速、距離等等) -投球項目(轉數、球速、直球、變化球) -守備項目(接傳速度) -跑壘項目(跑壘速度、30公尺衝刺、10公尺折返跑)
13:00-14:30	<p>分組訓練(指導+教練評分)</p> <ul style="list-style-type: none"> -投手組 -捕手組 -打擊指導
14:30-17:00	<p>分組比賽(HitTrax投打對決比賽)</p> <p>分組訓練(指導+教練評分)</p> <ul style="list-style-type: none"> -內野守備 -外野守備 <p>及人與家長座談會(16:30-17:00)</p>

參加報名表格

姓名		就讀學校	
年紀		年級	
原守備位置		所屬球隊名稱	
		緊急連絡人	
		緊急連絡電話	
住址			
E-mail (無可免填)			
資訊取得來源	<input type="checkbox"/> Nicesports 帕菲克運動基地 <input type="checkbox"/> 好運動粉專 <input type="checkbox"/> 及人中學棒球隊臉書 <input type="checkbox"/> 莊敬高職 <input type="checkbox"/> 及人中學 <input type="checkbox"/> 其他:_____ 推薦人:_____		

資料填寫完畢,請於下列方式擇一回傳

E-MAIL: justin.hsu@nsts.com.tw、leo@nsts.com.tw

官方line:@nicesports