


202403 期  
推手基本功及比賽規則訓練研習實施計劃

- 一、研習目的：**提升真正鬆柔推手之捷徑，期能與未來進入世運單項比賽為推手入奧準備。
- 二、研習對象及資格：**對推手有興趣之人
- 三、招訓人數：**暫定 30 名
- 四、研習日期及地點：**
1. 日期：2024 年 3 月 3 日(日) AM9:00-PM4:00。
2. 地點：台北市四維路 52 巷 3 號 2 樓(東陽同鄉會)
- 五、研習內容：**1、基本功                  2、定步與活步訓練  
3、自由步訓練        4、推手規則之講解      5、推手分組演練
- 六、費用：**含講義、中餐
1. 全程每人新台幣 1,200 元整/天
2. 推手總會有效會員新台幣 1,000 元整/天
- 七、服裝：**參訓人員請著寬鬆運動服。
- 八、教練團：**講師：陸關祥
- 助理教練：盧志強、鄭克邦、胡銀山、楊建華、  
黃將吉、林瑞雯、Olaf、陳良雄
- 九、報名日期：**即日起至 2024 年 2 月 17 日止。
- 十、報名方式**
1. 歡迎使用手機掃描 QR Code 即可線上報名。
2. 個人或團體的報名均可採線上、傳真或郵寄之方式。
3. 繳費方式：匯款、ATM、網銀轉帳(擇一繳納)
- 
- A square QR code located at the bottom right of the document, used for online registration via mobile phone scanning. It features a small circular logo in the center containing a globe icon.



銀行：兆豐銀行(017)圓山分行  
戶名：國際推手總會聯合會  
台幣帳號：(017)234-09-01423-0  
匯款後請Email:gaipf888@gmail.com通知  
承辦人(許琬湑)0932 136 564

推廣委員會會長 陸關祥

裁判委員會會長 沈子順

# 國際推手總會聯合會 GAIPF

## 推手基本功及比賽規則訓練研習實施計劃 報名表

2 吋半身 照片 1 張 (本欄黏貼 1 張) 歡迎 WORD 電子作業 請將此框文字反白後 選擇插入→圖片 (選擇您的證件照後 按確認即可)	姓 名 N a m e	中文: Name:	餐 食 M e a l	<input type="checkbox"/> 葷 Non-vegetarian <input type="checkbox"/> 素 vegetarian
	出生年月日 Date of Brith	年 月 日	國 籍 NATIONALITY	
			性 別 S E X	<input type="checkbox"/> 男 M <input type="checkbox"/> 女 F
電 話 Phone Number	市話：(H) (O) 行動：			
地 址 Mailing Address	□□□□□			
電 子 信 箱 E - M A I L				
工 作 現 職 Work Responsibilities		最高學歷 Education		
經 歷 Experience		專 長 Specialty		
所 屬 單 位 Name of Group		團 體 職 位 Job Title in Org		
附註：一、本表請每人填寫一份，請 E-mail(相片以姓名.jpg 電子檔)或傳真報名 二、學歷欄請填寫最高學歷一項即可 三、報名費請匯至兆豐銀行圓山分行 戶名：國際推手總會聯合會 台幣帳號：(017)234-09-01423-0 四、匯款後請 E-mail 通知匯款日期與匯款銀行 與本活動之相關事宜規定詳載於實施計劃，敬請查照。				

建議使用線上報名，可減免郵寄費



手機掃描 QR Code 即可線上報名

本表將成為各位學員之個人紀錄以存會備查，請工整、詳實填寫

※本人同意所提供之個人資料僅供本活動使用