



# 2013 兩岸四地大學生手球比賽

15-23 July 2013

學生(14 男,10 女) + 1 領隊 + 2 教練

共 27 人



## 海外比賽 - 2013 兩岸四地大學生手球比賽

### 活動詳情

#### 目的：

是次活動主要目的為對外與不同地區院校作體育及學術上的交流。透過是次交流活動，希望我校隊員能在比賽中，了解不同地區對的手球發展；另亦希望我校男女子手球隊員能吸收是次國際性比賽的經驗，手球技術能得以改善及進步，繼續為我校爭取殊榮。

本院男子及女子手球隊在去年暑假剛參加了國立台灣大學舉辦的 2012 臺灣大學國際手球邀請賽，男子隊更獲得季軍；同時，男女子隊亦在香港大專聯會舉辦的 12-13 年度大專手球賽同樣地取得季軍。此有賴院校一直對我們的支持及鼓勵。故此，我們希望我校贊成是次活動並作出支持。我們定必嚴守紀律、努力為是次活動作出準備及全情投入活動。

#### 航班資料:

出發日期: 7 月 15 日 (一)

離港航機: 華信航空公司(AE1820)

起飛時間: 上午 10:10

集合地點: 香港國際機場 (華信航空公司櫃位)

回程日期: 7 月 23 日 (二)

回程航機: 華信航空公司(AE1831)

起飛時間: 下午 6:15

#### 香港教育學院緊急聯絡

Health and Physical Education Department - Mrs Liddy Wong - 29487706

韓政龍導師 - clhon@ied.edu.hk , 886-978149919,

團長: 韓政龍導師

副團長: 李沅漫及葉宗緯

比賽人數: 女子手球隊 10 名隊員及男子手球隊 14 名隊員

總人數: 24 名隊員 + 1 領隊 + 2 教練

目的地: 台灣彰化縣埤頭鄉文化路 369 號明道大學 (台灣) 體育中心

當地聯絡人: 明道大學體育中心技術助理 許書豪

## 重要事項:

### 出發前重要事項:

- 集合時間 - 為**7月15日上午 8:00** 於機場離港樓層之**(華信航空公司櫃位)**集合, 請必須準時, 否則會影響所有隊員辦理登機手續。
- 制服 - 團 TEE 加**院隊風褸**到機場, 我們會於機場拍團體相。
- 請緊記帶備所需證件
- 有關最新之賽前練習安排會在到達後作出跟進。
- 負責攜帶公用物品之同學, 請緊記帶齊所有負責之物品。
- 物品清單 - 現附上**建議個人攜帶物品清單**以便大家收拾行李, 請特別留意印有紅色字之物品, 同時亦請留意有關手提及寄倉行李之限制。
- 所以隊員需列印及帶備《詳情及重要事項》文件

## 個人準備物品清單

1. 證件: **身份證, 護照, 入台證**(最好自行攜帶各證件之副本一份, 以備不時之需)
2. 適量金錢 (港幣及台幣 - 台幣可在港兌換, 或到當地機場兌換。)
3. 個人清潔用品、藥物及洗衣用品
4. 防蚊及防曬用品
5. 衣物
  - 替換衣物 (比賽、參觀)、團隊制服 (白色院隊風褸及白色隊衫)
  - **比賽衫 (最少兩套)、運動鞋 (晨操)、專項比賽運動鞋**
6. 額外運動裝備 (如用球、球袋, 水樽, 毛巾, 手膠, 繃帶, tape, 護膝, 止痛藥 等個人裝備)
7. 相機、記憶咭及叉電座
8. 紙、筆、鬧鐘
9. 電話(漫遊服務)及叉電座
10. 電插頭 adapter 詳情參閱此網站: 2 片扁腳的插頭  
<http://www.taiwantalker.com/article.php/4>



11. 旅遊保險單副本 (如有自行購買者)

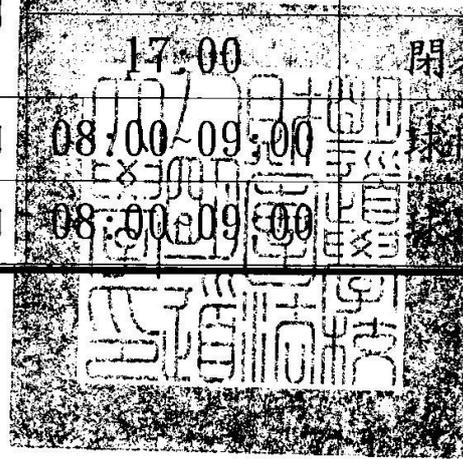
活動日程

日期	時間	活動	備注
15/7	早	交通	
	午	參觀校園	
	晚	球隊報到	
16/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	觀光	
17/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	開幕典禮	
18/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	觀光	
19/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	賽後檢討	
20/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	賽後檢討	
21/7	早	練習	
	午	比賽	
	晚	賽後檢討	
22/7	早	比賽	
	午	賽後檢討	
	晚	閉幕典禮	
23/7	早	觀光	
	午	觀光	
	晚	球隊賦歸	

以上的比賽賽程有待確定。

## 比賽日程表

日期	時間	行程內容	地點
7月15日	07:00~22:00	球隊報到	明道大學 居仁堂
7月16日	07:00~11:00	參賽隊練習	
	13:00~20:30	比賽	
7月17日	08:30~21:00	比賽	
	10:00~10:30	開幕典禮	
7月18日	09:00~21:00	比賽	
7月19日	09:00~21:00	比賽	
7月20日	09:00~21:00	比賽	
7月21日	09:00~21:00	比賽	
7月22日	09:00~17:00	比賽	
	17:00	開幕典禮	
7月23日	08:00~09:00	球隊賦歸	
7月24日	08:00~09:00	球隊賦歸	



## 公用物品清單

1. 校旗 x 2
2. 紀念品：紀念旗 x 20，衛衣 x 3
3. 團體電子機票 列印本
4. 隊員護照副本
5. 台北地圖

## 旅遊諮詢熱線

觀光諮詢熱線：(02)2717-3737 (08:00~19:00)

Call Center 24 小時免付費旅遊諮詢熱線：0800-011765

## 報案：110

從 96 年開始，台灣警察單位有『e 化報案平台 110』，只要你看到或發現有可疑的人、事、物，就拿起手機撥 "110" 警察可用 GPS 衛星定位系統，馬上找到發話地點，並在 5-10 分鐘內趕到現場處理。

## 火警、緊急救助、救護車：119

## 國際手動電話：

台灣的手機是以秒計算(本地電話)，有的分繁忙／非繁忙，一般是新台幣 \$0.2 - 0.25 一秒，只有打出需要計費，接聽電話免費，如果你手機有足夠的電量，接聽十萬秒都是免費，打長途到香港一般要新台幣 \$10-20 一分鐘(一般新卡只需新台幣 300 元左右)

注意：請出發前練習好普通話，因為台灣的手機儲值卡必須於開卡後 48 小時內，致電卡上的熱線登記你的個人資料，否則 48 小時後不論卡內有沒有餘額，都會被終止服務。

請參考 [www.uptel.com.tw](http://www.uptel.com.tw)

## 香港入境處

24 小時港人求助熱線 852-1868

## 彰化旅遊網

<http://tourism.chcg.gov.tw/tc/index.aspx>

<http://ch.pgo.tw/>

## 台中旅遊網

<http://travel.taichung.gov.tw/>

## 明道大學生活網

<http://www.mdu.edu.tw/~dud/MDUCVF/CVF05.html>

## 交通

### 彰化縣計程車里程計費表

- ▲起跳：1500 公尺 75 元
- ▲續跳：250 公尺 5 元
- ▲車速在五公里以下，每三分鐘加五元
- ▲夜間自十時起至翌晨六時止加二成
- ▲農曆除夕至正月初五，每一車次加收起錶價六十元
- ▲縣境內搭乘加收 20 元，跨越縣市則免收

## 夜市

逢甲夜市

仁友客運

125 號(明道-台中車站-逢甲大學)

員林光明街夜市

北斗夜市

彰化精誠夜市

<http://aa013823.pixnet.net/blog/post/43227932>

員林台鳳夜市

<http://aa013823.pixnet.net/blog/post/42577967>



### 搭火車：

先查一查火車時刻表

<http://new.twtraffic.com.tw/twrail/index.aspx> , <http://www.railway.gov.tw/tw/index.html>

坐到「員林站」 → 改搭員林客運（火車站前站出口左轉，走兩分鐘，右轉就是客運站） → 30 分鐘左右到明道大學，票價約 45~50 元

小提醒：要搭員林客運 -- 二林線，仁友客運與員林客運的聯營班車不會進入學校喔。

交通時刻表可上本校總務處網頁 - 交通資訊查詢

### 搭巴士：

台北（板橋、三重、林口）來的話，可搭日統客運 麥寮線，大約一小時一班。

每週日 17:20 搭台北 --> 麥寮線，可直達校本部，記得買票時要告知下車地點是明道大學

搭車點及時刻，請參考日統客運：<http://www.solarbus.com.tw/module.php>

從台中可搭台西客運至本校（台中 → 本校），票價是 110 元

搭車地點在火車站前台中客運車站 --> 朝馬陸橋旁的台中客運站 --> 明道（交通時刻表可上本校總務處 網頁 - 交通資訊查詢）

※ 暑假時，班車時刻會調整，搭車前記得先上總務處網頁查詢交通車資訊※

### 女子手球隊名單及職務

	橫向職責(全程)	姓名	年級	縱向職責(每日)	負責人 (OIC)	年級	
Leader Name:	李沅蔓	總負責人	李沅蔓	3	7月15日	陳楚燕	2
Member Names:	陳楚燕	文書	張萃香	2	7月16日	李沅蔓	3
						楊晴	1
	吳嘉瑜	財政	陳楚燕	2	7月17日	張萃香	2
						謝家敏	1
	張萃香	文書	謝家敏	1	7月18日	楊晴	1
						謝家敏	1
	余焯恩	財政	楊晴	1	7月19日	余焯恩	2
						沈鈴雁	3
	沈鈴雁	飲食	余焯恩	2	7月20日	李康婷	Asso 1
						鍾惠珍	
	鍾惠珍	急救	李康婷	Asso 1	7月21日	鍾惠珍	Asso 1
						李康婷	
	謝家敏	住宿	鍾惠珍	Asso 1	7月22日	沈鈴雁	3
						張萃香	2
	李康婷	旅遊	沈鈴雁	3	7月23日	陳楚燕	2
	楊晴	物資	吳嘉瑜	2			

### 男子手球隊名單及職務

	橫向職責(全程)	姓名	年級	縱向職責(每日)	負責人 (O i/c)	年級	
Leader Name:	葉宗瑋	總負責人	葉宗瑋	2	7月15日	葉宗瑋	2
Member Names:	鍾昀延	文書	盧嘉謙	3	7月16日	劉冠健	Asso2
			劉冠健	Asso2		吳朗崑	Asso2
	吳朗崑	財政	梁裕興	Asso2	7月17日	盧嘉謙	3
			吳朗崑	Asso2		張中嶸	1
	廖偉賢	住宿	林秉均	Asso1	7月18日	梁裕興	Asso2
			譚俊傑	Asso1		岑偉然	Asso1
	陸紹恆	急救	鍾昀延	3	7月19日	譚俊傑	Asso1
			林秉均	Asso1			
	梁裕興	物資	李志威	Asso2	7月20日	張中嶸	1
			張中嶸	1		廖偉賢	Asso1
	岑偉然	旅遊	譚俊傑	Asso1	7月21日	劉浩輝	3
			劉浩輝	3		陸紹恆	3
	盧嘉謙	旅遊	陸紹恆	3	7月22日	鍾昀延	3
						李志威	Asso2
					7月23日	葉宗瑋	2

## 每組報告包括 (15/8/2013 前交)

- 來回登機證正本
- 所有收據正本
- 比賽場刊/交流地方刊物
- 宣傳海報(相片亦可)
- 比賽成績詳情
- 每人每日回想(50 字)
- 反思總結 (每人 250 字及最少 2 張相片; 另每日每人 50 字)
  - ✓ 如何擴闊國際視野
  - ✓ 提升本隊的士氣及團隊的歸屬感
  - ✓ 如何改善技術及增潤訓練技巧
  - ✓ 如何有效及安全地帶領學生出外集訓及比賽
  - ✓ 有助隊員個人成長發展, 以致回饋教育
  - ✓ 有趣難忘人事物

	毎日回想(50字)
7月15日	
7月16日	
7月17日	
7月18日	
7月19日	
7月20日	
7月21日	
7月22日	
7月23日	

留言說珍重，寄語道互勉



*Farewell*