

【躍動汐止】全民跑酷深度體驗系列

常見問題說明

指導單位：運動部全民運動署

主辦單位：新北市汐止區公所、長安里辦公處

執行單位：移動識界有限公司

活動基本資訊



活動時間

2026/09/05 - 11/21 (每週六)
(每週六 AM 9:00 - PM 12:00)



活動地點

汐止保長安橋下跑酷場 (新長安橋旁) & 汐止區長安市民活動中心



整期方案：最低出席率要求：60%

60%

依據運動部全民運動署規定，學員
整體課程參與率必須達 60% 以上。

第一關：取得資格（報名與審核機制）



身分查驗嚴格規定：必須由本人（滿 18 歲）或法定代理人親自到場。請務必攜帶「身分證」備查，恕不接受親友代辦。每人限報名 1 次。

場域分流與專屬任務區

種子培育組 (18歲以下 - 小班制)

- 4-5 歲組：AM 9:00 - 9:50
(至多 8 人)
- 6-10 歲組：AM 10:00 - 10:50
(至多 15 人)
- 11-17 歲組：AM 11:00 - 11:50
(至多 17 人)

全民參與組 (18歲以上)

- AM 9:00 - PM 12:00

教學區域 (分齡教學)

專供「教學時段內」
的學員上課。

探索區域 (現場駐點)

無限定年齡人數，
提供專業駐點指導。

「非教學時段」的學員，
統一移動至探索區域！
(課前/課後皆可參與)

活動費用及方案

整期報名 (推薦)

3000 元 / 人

- ✓ 保證完整 12 週系統化訓練
- ✓ 費用已包含活動期間保險

單次報名

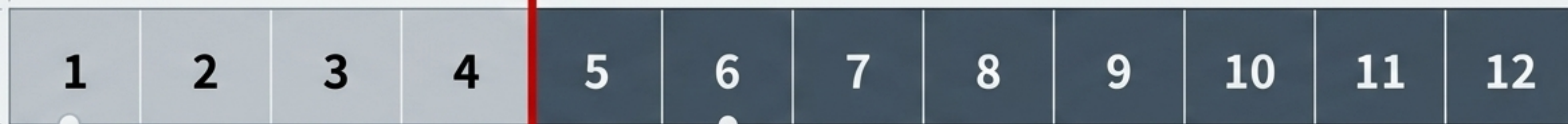
600 元 / 次

- ⚠ 需視現場實際學員到課狀況，彈性開放名額。

【重要建議】 本活動以「整期報名」學員為主。若行程無法配合整期，請直接至現場洽詢單次報名名額（以現場公告為準）。

退費機制的「臨界點」

↓ 退費臨界點



未逾總時數 1/3

於第 4 堂課結束前提出申請

➔ 退還總繳費用 50%。

已逾總時數 1/3

於第 5 堂課開始後提出申請

➔ 依法不予退費，且不接受延期或保留。

- 請假/曠課計算：因個人因素缺席，時數照常計入，無法依單堂比例扣除。
- 時間認定基準：退費進度一律以「填寫退費表單」或「通知客服」的當日系統時間為唯一核算依據。

出發前的裝備與狀態檢視

裝備清單



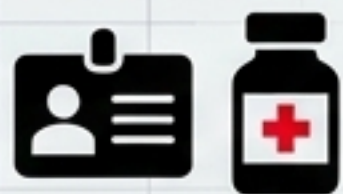
☐ 方便運動的衣服、輕薄長褲



☐ 適合跑跳的運動鞋



☐ 充足飲用水、個人毛巾



☐ 健保卡、個人常用藥品

健康聲明

高強度運動風險提示

若您患有心血管疾病（心臟病、高血壓）、癲癇、嚴重氣喘、身體殘疾或骨骼關節問題，請務必先諮詢醫師建議並審慎評估。

 免責聲明：若因隱瞞健康狀況導致意外，主辦與執行單位除負擔保險給付外，不負其餘法律賠償責任。