



## 台中縣登山會第 40 期登山研習營簡章

### 一、登山研習營主旨：

1. 藉由登山研習課程訓練，建立正確登山運動安全觀念，學習並熟練各項登山、攀岩與溯溪活動的知識與技能，進而降低山域活動的風險。
2. 台灣山川與水域是一所無限寬廣的天然學校；親臨體驗能擴展我們的學習領域，滿足我們的求知心，鍛鍊我們的體魄，陶冶我們的心志，開拓我們的視野，豐富我們的人生，提昇我們的生活品質。山林是一位偉大的母親，平等對待每一個親近她的人。歡迎您和我們一同走入山林，探索大自然瑰麗的美景！
3. 本會成立自今已邁入第 46 個年頭，擁有數百名熱愛山林的會員，每季均安排有精緻的活動行程。年度的「登山研習營」課程更以提昇親臨山野活動安全需要而規劃，由本會資深與學有專精的山會成員擔任教練，部分課程並聘請相關領域之講師來會指導上課，期能讓參與者收穫更多、體驗更深，讓登山活動更充實、更安全。研習營的體驗學習過程，更能結識諸多志趣相投的山友。
4. 誠摯歡迎並邀請您在通過研習營的考核(取得 2/3 以上學分)後，參加「幹部研習營」課程之訓練；將熱衷登山戶外活動，且有服務熱忱之學員與山會資深幹部，透過相關課程之培訓，使之成為山會之工作幹部、戶外活動領隊或嚮導，使山會的傳承得以延續，並強化內部的團結與向心力。

### 二、課程日期：

課程日期自 107 年 6 月 27 日起 ~ 107 年 9 月 26 日。

### 三、報名相關事項：

1. 報名及截止日期：107 年 5 月 1 日 00:00 時起，至 107 年 5 月 31 日 24:00 時截止。
2. 報名方式：採用 Google 表單報名及查詢，  
研習營報名網址 <https://goo.gl/nRCQM9>  
研習營報名結果查詢 <https://goo.gl/4LEkTt>  
台中縣登山會網址：<http://www.tcsmc.com.tw/>

### 四、研習費用：

1. 金額：5500 元整(以上費用包含入會費、當年度常年費、6 mm 普魯士繩三條(二短一長)、6 m 扁帶一條、3M 防滑手套一雙、講師、教練、場地、教材行政等費用)。其餘戶外課程之交通、保險、個人裝備、伙食...等費用須自理或均攤，課前另行通知。
2. 匯款帳號：三信商業銀行(147)-豐信分行，帳號:25-2-0036730，戶名：台中縣登山會。
3. 請於 Google 報名表單上填寫匯出帳號後五碼。

### 五、其他事項：

1. 歡迎年滿 18 歲，有興趣從事戶外山林活動的各界人士報名參加。參加後需加入「台中縣登山會」正式會員(已繳入會費及當年度常年會費者，報名開課後將退還入會費 100 元及當年度會員常年費 250 元)。
2. 學員在訓期間，因故無法到課，所缺課程可於下一期研習營招訓期間免費回訓。回訓課程免收研習費用(其餘交通、保險、伙食...等費用須自付)，補足學分後補發結訓證明。
3. 訓練內容涉及技術操作及安全防護，學員需自行準備個人裝備如下：



森林指北針、安全頭盔、安全吊帶、溯溪鞋、D 型帶索勾環 2 個、下降器(八字環或豬鼻子擇一)。

4. 如有疑問請聯絡：

研習營執行長：潘忠鵬 0922-106142

本會總幹事：蘇東山 0931-345388

### 第 40 期登山研習營課程表

日期/時間	課程名稱	地點	課程內容	學分數
6/27(三) 19:00~21:30	開訓式	山會會館	人員介紹、會務簡報、課程說明、訓練裝備介紹、LNT 無痕山林	1
6/28(四) 19:00~21:30	登山裝備	山會會館	登山裝備介紹、使用與說明	1
6/30(六) 07:00~18:00	中級山體驗(一)	上島山(烏嘴山)	行前整備、作業重點一(前期學長/姐經驗及心得分享)	2
7/4(三) 19:00~21:30	地圖與指北針	山會會館	地圖座標與指北針介紹、地形地物認識與判圖運用	2
7/7(六) 07:00~18:00	地圖與指北針	大肚區萬里長城	地圖指北針判圖、導航實作	3
7/11(三) 19:00~21:30	基本繩結	山會會館	基本繩結(八種)打法與應用	2
7/14(六) 07:00~18:00	繩索操作	烏日斜張橋	繩結應用、繩索攀、(垂)降、確保實作、收、理繩	3
7/18(三) 19:00~21:30	溯溪簡介	山會會館	溯溪裝備、安全、技術幹部選舉	2
7/21(六) 07:00~18:00	攀岩體驗(一)	逢甲人工岩場	抱石與上方確保運動攀登	3
7/25(三) 19:00~21:30	地圖準備	山會會館	市售地圖介紹、地圖產生器製圖、備圖說明	2
7/28(六) 07:00~18:00	溯溪體驗(一)	打比厝溪	溯溪體驗、裝備及技術應用	3
7/29(日)	預備週		上列課程缺課的預備	-
8/1(三) 19:00~21:30	手機導航	山會會館	Android & iOS 手機導航 APP 說明	2
8/4(六) 07:00~18:00	攀岩體驗(二)	麗陽岩場	戶外岩場安全與裝備運用、固定點架設、攀降體驗	3
8/5(日) 07:00~18:00	溯溪體驗(二)	松鶴溪	裝備使用、急流橫渡、深潭泳渡、互助攀爬等技術	3
8/8(三) 19:00~21:30	登山伙食	山會會館	登山糧食準備、打包及烹煮技巧	2
8/11(六) 07:00~18:00	中級山體驗(二)	金柑樹山	行前整備、作業重點二(行進技巧與裝備使用)	3



日期/時間	課程名稱	地點	課程內容	學分數
8/15(三) 19:00~21:30	野外求生	山會會館	野外維生與求生，333 原則	2
8/18-19(六、日)	中級山體驗(三)	水漾森林	行前整備、作業重點三(對講機操作、地圖定位)	4
8/22(三) 19:00~21:30	登山醫學	山會會館	高山症、野外傷病的預防與急救	2
8/25-26(六、日)	預備週	-	上列課程缺課的預備	-
8/29(三) 19:00~21:30	入山入園申請	山會會館	登山計畫撰寫，入山、入園証申請	2
9/1-2(六、日) 07:00~18:00	野外求生體驗	虎加縱走	遮蔽物搭設、急迫露宿、生火實作體驗	4
9/5(三) 19:00~21:30	百岳之美	山會會館	攀登百岳經驗分享	2
9/8-9(六、日)	百岳體驗(一)	玉山前峰	入山入園申請實作、糧食公裝分配(一)(入園前 7 天、每隊 3~12 人)	4
9/12(三) 19:00~21:30	山難防治	山會會館	高山安全、山難防治、高山體驗及裝備說明	2
9/15-16(六、日)	百岳體驗(二)	畢祿山	入山入園申請實作、糧食公裝分配(二)(入園前 3 天、每隊上限 12 人)	4
9/19(三) 19:00~21:30	綜合測驗整備	山會會館	綜合測驗說明	1
9/22-23(六、日) 07:00~18:00	綜合測驗	捎來小雪山步道	綜合測驗驗收	6
9/26(三) 19:00~21:30	結訓式	山會會館	心得分享、結訓證書頒發	0
<b>學分總數</b>				<b>70</b>

註：取得 2/3 以上學分(學分數  $\geq 47$ )者視為通過研習營的考核，將頒發結訓證書。