

淡水河與獨木舟初體驗

授課教師 李清榕 台灣運動獨木舟帆船協會資深教練、24 天獨木舟環島紀錄、畫家、藝術家

課程理念 藉由獨木舟去親近淡水河，拜訪淡水河沿岸的歷史、人文、體驗自然生態。走出戶外、享受生活、轉個方向、換個角度，身邊的事、物也將會不一樣，讓這獨木舟無動力的運動，實現親近河川、探索大海的願望。

授課方式 練習各種獨木舟划船操作技巧，及意外翻船救生操作演練。另有每週不同行程拜訪淡水河沿岸歷史人文及環境生態，讓我們從生活的、生態的、休閒的、關懷的角度來實現親水想望的夢想。

課程大綱

週次	單元主題
1	認識伙伴、獨木舟介紹，、操舟練習
2	認識獨木舟及划槳技巧訓練
3	關渡、社子島人文之旅
4	淡水河生態、手工木船介紹
5	六號水門及迪化街划船之旅
6	拜訪三腳渡碼頭人文之旅
7	認識海洋獨木舟，划槳技巧訓練
8	異地教學：金山燭台嶼
成果展週	成果展

學員條件 18 歲以上，對水上划船運動有興趣皆可。

招生人數 24 人為上限。

學分費 2 學分，2000 元，報名酌收場地維護費 100 元。

材料費 獨木舟單趟租船費用 300 元。

備註

1. 活動時間需配合淡水河之漲退潮，每次航行四至六小時。
2. 須著輕便服裝及視個人需求著適當防曬裝備，戶外活動請備水。
3. 划船地點：八里米倉國小水芙蓉碼頭。
4. 每次戶外活動均須投保意外險。
5. 若經教練評估體能不適或不聽從教練指示者，校方得以要求退班。