桃園市立 中壢國中自由車隊 訓練防疫計畫

一、項 目：自由車

二、訓練期程：111.1/24~1/28，2/7~2/10

三、訓練時間：上午09:00-12:00

四、訓練場地及人員：室內訓練場皆以20人為限,以本校隊員為限，禁止跨校。

五、訓練防疫規劃：

1.落實實聯制,教練、學生每天體溫紀錄，進行健康狀況監測

2.全程配戴口罩,單一出入動線管制，進出均須手部清潔消毒

3.返校訓練時間每日不超過3小時,不在校飲食

4.不提供飲水機，一律使用瓶裝水，飲用水瓶不得共用

5.訓練場地及器材使用前、後均進行清潔消毒

6.訓練地點為通風良好的室外操場旁，及空氣流通的綜合體育館之籃球場

7.訓練人員及學生須接受防疫宣導教育，參與人員需記錄每日活動足跡。

8.教練完成疫苗第三劑接種，使得提供服務。疫苗第二劑接種未滿14天或未施打疫苗者，每3-7日進行抗原快篩。

9.參與人員若有任何身體不適(發燒、呼吸道症狀、腸胃道、頭痛…)，一律暫停訓練。

10.若符合居家檢疫、居家隔離、加強自主健康管理、自主健康管理者，不得參與訓練。

11.依教育部高級中等以下學校運動團隊訓練防疫指引自我查核表，每日進行自主查驗。

六、訓練人員名冊

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 地點： 風火輪教室  時間：上午09:00-12:00  人數：教練 1 人，學生 13 人 | | | | | |
| 編號 | 姓名 | 手機號碼 | 11 | 鄭鈺立 | 0916083900 |
| 1 | 胡博鈞 | 0933209078 | 12 | 刁聿宸 | 0917660947 |
| 2 | 甯翊軒 | 0933935910 | 13 | 劉丞晏 | 0918220924 |
| 3 | 章宥恩 | 0918508008 | 14 | 李璇 | 0918220924 |
| 4 | 宋侑恩 | 0975006864 |  |  |  |
| 5 | 甘勝宇 | 0989168997 |  |  |  |
| 6 | 莊媛晰 | 0952616133 |  |  |  |
| 7 | 謝緦憓 | 0918220924 |  |  |  |
| 8 | 方知山 | 0938271658 |  |  |  |
| 9 | 呂易軒 | 0921968328 |  |  |  |
| 10 | 蕭富睿 | 0968487978 |  |  |  |

備註：

一、分時分段分區返校訓練，各時段室內20人、室外40 人為上限，另不開放住

宿。

二、落實實聯制，全程配戴口罩並造冊紀錄教練及同學體溫狀況。