

# 113 學年(上)「重訓室」開放時間

113 年 9 月 02 日(一)~113 年 12 月 22 日(日)

星期	一(MON)	二(TUE)	三(WED)	四(THU)	五(FRI)	六(SAT)	日(SUN)
07:00	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time
08:00							
09:00							
09:00	消毒清潔 (09:00-09:50)	消毒清潔 (09:00-09:50)	消毒清潔 (09:00-09:50)	消毒清潔 (09:00-09:50)	消毒清潔 (09:00-09:50)	開放 Open time	開放 Open time
09:50							
10:10							
11:00	重量訓練 周宜辰 Class time	重量訓練 周宜辰 Class time	重量訓練 邱晨然 Class time		重量訓練 林琨瀚 Class time	開放 Open time	開放 Open time
11:10							
12:00							
12:00	校隊訓練 School team practice					消毒清潔	消毒清潔
13:00							
13:20	大一體育 Class time	重量訓練 周宜辰 Class time	重量訓練 邱晨然 Class time	重量訓練 張祐華 Class time	大一體育 Class time	開放 Open time	開放 Open time
14:10							
14:20							
15:10	大一體育 Class time		重量訓練 邱晨然 Class time		大一體育 Class time	開放 Open time	開放 Open time
15:30							
16:20							
16:30	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)	消毒清潔 (17:20-17:45)
17:20							
17:45	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time	開放 Open time
18:00							
18:00							
19:00							
19:00							
20:00							
20:00							
21:00							
22:00						消毒清潔	消毒清潔
22:00							

備註

1. 本場地以教學與校隊訓練為優先使用。教學及校隊訓練時間不開放，為維護安全禁止入內活動。
2. 場內無設置垃圾筒，離場前請將垃圾帶走。請保持場地整潔並節約用電。(如人數過少則參考節能減碳 SOP 辦法實施)。
3. 須穿著運動服裝及換穿乾淨運動鞋，並「自備毛巾」，依操作說明使用器材。
4. 須經管理人員之驗證或購買票卡、單次票，方得進入，並遵守管理使用辦法。如有違反規定者，得令其離開場。
5. 嚴禁吸煙、喧嘩、嚼口香糖、飲食(礦泉水除外)、皮鞋、高跟鞋、釘鞋、寵物。
6. 場內各項設備禁止搬動，不得懸掛衣物、張貼海報及使用會破壞場地之器材。
7. 如有問題請與體育室聯絡。Email: physical@my.nthu.edu.tw 或請洽(03)571-5131#34677