

113 學年度 (下) 「重訓室一」 開放時間

114 年 2 月 17 日(一)~114 年 6 月 8 日(日)

| 星期 | 一(MON) | 二(TUE) | 三(WED) | 四(THU) | 五(FRI) | 六(SAT) | 日(SUN) |
|-------|------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|
| 時間 | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | |
| 08:00 | | | | | | | |
| 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 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 | 重量訓練 李柏均 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 | 重量訓練 林家傑 Class time | 開放 Open time | 開放 Open time |
| 14:10 | | | | | | | |
| 14:20 | | | | | | | |
| 15:10 | 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 邱晨然 Class time | 重量訓練 邱晨然 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 | | | | | | | |
| 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 | 備註 | 備註 | 備註 | 備註 | 備註 | 備註 | 備註 |
| 17:20 | | | | | | | |
| 17:45 | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |

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