



斗六市-雲科站

一、計畫緣起



二、計畫目標



硬體

空間

營運

銀髮健身房
雲科站

推廣

課程

軟體





三、現況分析

1.場地空間

- 雲科大產學研大樓的智慧樂齡健康促進中心(104空間)
- 空間佔地大約54坪
- 內部設施規畫以高齡者需求做設計
- 無障礙設施與廁所完備、交通便利



2.專業人力資源

- 結合本校休閒運動研究所的專業及課程
- 輔導學生考取衛服部及相關運動指導的專業證照
- 有充足的專業人力可以執行本計畫。



3.專業課程研發

- 結合教育部教學實踐研究計畫與體育署運動i台灣計畫
- 辦理銀髮族的體適能檢測及肌力訓練班
- 研發各項銀髮族運動課程與教材



四、執行策略及方法

步驟1.

- 添購符合銀髮長輩需求相關的專業油壓訓練器材
- 建構一個專業安全的銀髮健身俱樂部環境



步驟2.

- 運動訓練課程的規劃與宣傳
- 同步進行教練群的內部訓練
- 設計符合高齡參與者的運動訓練課程



步驟3.

- 讓雲林縣政府與雲科大成為高齡健康促進與創新樞紐
- 更進一步進入社區做相關健康促進的推廣活動



五、據點環境說明

1.室內空間

- 空間位於產學研大樓一樓佔地大約54坪
- 配置完善消防設施包括滅火器、警急照明、警報系統



2.友善環境

- 設置明顯指標
- 具備友善的無障礙廁所
- 環境寬敞適合高齡者健身



3.戶外動線

- 位於市中心並具良好的交通運輸動線
- 校園內有充裕的停車空間
- 規劃明顯的出入口動線及完善的無障礙出入口



六、永續經營策略

