

# 健康促進 戰鬥贏

報名日期

**03/25 ▶ 04/09**

09:00 – 15:00 實施前測

成果量測

**12/07 ▶ 12/11**

09:00 – 15:00 實施後測

凡本校學生BMI > 18.5者即可參加

減重後的BMI不得低於18.5

## 活動獎勵

- 第一名.....**3000**元
- 第二名.....**2000**元
- 第三名.....**1000**元

前三名資格限定為學生

- 參加獎.....完成活動者可獲精美禮品乙份。

## 評比方式

體脂率40%  
+  
BMI率60%

降幅差異  
最大者為勝

## 報名1: 掃碼



## 報名2: 親洽

1108

學務處  
衛生保健組

### 注意事項:

- 本活動規劃有二項運動課程。
- 各項運動課程採報名制，請務必掃描QR CODE報名。
- 活動須配合體適能檢測：活動時請穿著輕便運動服、運動鞋並自備水及毛巾。
- 成績於12/16公告。本活動如有異動及未詳盡事宜，以本組公告為主。

主辦單位：南亞技術學院學務處衛生保健組  
經費來源：教育部大專院校健康促進計畫案