

課程名稱 | 騎鐵馬・迺府城・遊台灣・看世界-8

課程屬性 | 自然與環境

課程編號 | 1061-1061N12

授課老師 | 林孝鏞

最高學歷/ 成大企管系 行銷經理班

相關學經歷/ 第七屆「KEEP WALKING 夢想資助計畫」得主。

2012年10月，完成四大洲、二十個國家、二萬三千公里，夢想了二十年的單車環球旅行。

現職/ 單車旅遊及資深劇場工作者

上課時間 | 每週五、六、日晚上07:00-09:50 第一次上課日期 2017年03月10日 (星期五)

課程理念



關於這一門課：

1. 為什麼想開這門課？希望帶領學員共同學習甚麼

由在地出發，教大家如何安全的騎乘自行車進行旅行，用多元化及多角度的方法跨越困難面對自己，進行自行車旅行。因而延伸生態人文藝術親子共樂。

2. 修此門課需具備什麼條件？

須具備基本體能，熱愛自然，熱愛戶外活動，對在地文化、藝術熱衷。
須自備自行車一輛，課程安排中須參與自行車騎行之課程與活動。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

透過老師與同學互動的方式上課，實際操作課程較多。
親身體驗並學習自行車騎乘的基本知識，透過案例分享與互動討論的方式，引導同學完成自行車旅行自我規劃；短程『迺府城』、中程『遊台灣』及遠程『看世界』的自行車旅行規劃。

※【課程中老師可視學員的需要與學習進度，保有調整課程的權力】

4. 如何取得學分？（評量方式）

出席率、參與過程及報告。

5. 備註&推薦書目

1. 運動型食譜<遠流出版社, 作者:畢朱・湯瑪斯&亞倫・林>
2. 轉山<遠流出版社, 作者:謝旺霖>
3. 就算世界末日也要去旅行(白象文化, 作者:吳時暢)
4. 環球傳奇 (遠流出版社, 作者:陳守忠)

講義費 | 300 元 (由各班自行收取)

招生人數 | 25 人 (若非課程特殊需求, 每班招收人數至少 35 人。)

學分收費 | 3 學分 3000 元 (18 週課程/一次上課 3 小時)

| 週次 | 上課日期 | 課程主題 | 課程內容 |
|----|-----------------------------|--------------------------|---|
| 1 | 2017-03-10 晚上07:00~09:50 | 自我介紹&課程介紹 | 了解未來的課程及伙伴!(3/11.12觀摩臺南安平全國鐵人三項錦標賽) |
| 2 | 2017-03-17 晚上07:00~09:50 | 自行車騎行概念&自行車運動生心理 | 單車運動你我它 |
| 3 | 2017-03-19 晚上07:00~09:50 | 牛埔單車學程大會師 | 自然環境及單車學程師生大會師(整天活動) |
| 4 | 2017-03-24 晚上07:00~09:50 | 自行車交通安全&急救與傷害處理、意外處理 | 夜間騎乘 |
| 5 | 2017-03-31 晚上07:00~09:50 | 自行車認識&自我車況檢查與判斷&簡易維修技術&障 | 自行車維修實務 |
| 6 | 2017-04-07 晚上07:00~09:50 | 城市單車小旅遊 | 夜間探索老街古巷弄(夜間騎乘) |
| 7 | 2017-04-15 晚上07:00~09:50 | 二寮觀日平台 2日露營活動 | 以單車露營方式 了解單車旅行及環境變化 戶外騎乘(2017-04-15~16日 六日兩天活動) |
| 8 | 2017-04-21 晚上07:00~09:50 | 自行自我車況檢查與判斷&簡易維修技術&障礙排除 | 自行車維修實務 |
| 9 | 2017-04-28 晚上07:00~09:50 | 自行車認識&自我車況檢查與判斷&簡易維修技術&障 | 自行車維修實務*「登高府城·為愛出發」公益垂直登高賽 |
| 10 | 2017-05-05 晚上07:00~09:50 | 尋找單車美食 | 單車旅行健康吃 夜騎(夜間騎乘) |
| 11 | 2017-05-07 晚上07:00~09:50 | 海與山的的對話 | 河川與單車旅行戶外騎乘(週日整天活動)*Wings For Life World Run 世界同步開跑 |
| 12 | 2017-05-12 晚上07:00~09:50 | 自行車專題講座 | 專業暨旅遊生活單車達人分享 |
| 13 | 2017-05-19 晚上07:00~09:50 | 自行車專題講座 | 專業暨旅遊生活單車達人分享 |
| 14 | 2017-05-21 晚上07:00~09:50 | 單車城市公園巡禮 | 以輕旅行方式來尋找城市後花園 戶外騎乘(週日整天活動) |
| 15 | 2017-05-26 晚上07:00~09:50 | 府城自行車之旅地圖及府城自行車系統計畫願景 | 單車聖經：自行車地圖，討論：府城自行車地圖設計規劃 <分組作業：府城之旅自行車地圖 > 府城自行車之旅地圖及府城自行車系統願景分享 |
| 16 | 2017-06-02 晚上07:00~09:50 | 課程併於2017-03-19 牛埔環境體驗騎乘 | |
| 17 | 2017-06-09 晚上07:00~09:50 | 課程併於2017-04-15~16日二寮觀日平台 | |

| | | |
|----|-----------------------------|--------------------------------|
| 18 | 2017-06-16 晚上07:00~09:50 | 課程併於2017-05 -21單車城市公園 巡禮 |
|----|-----------------------------|--------------------------------|