

課程名稱 | ★騎鐵馬、邁府城、遊台灣、看世界-12

課程屬性 | 自然與環境

課程編號 | 1102-1102N26

授課老師 | 鐵馬社

相關學經歷 / 指導老師：林孝鏞老師

社長：王建民

副社長：顏俊杰

總務：徐源隆、吳秀葭

出納：蔡惠娟

活動：顏盟臻

文宣：吳鈺真、郭乃華

上課時間 | 每週六上午09:00-11:50 第一次上課日期 2021年09月25日 (星期六)

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

以自行車進行旅行是許多人的需求及夢想，但又擔心旅途中因自行車故障所帶來的不便而卻步。本課程以介紹自行車的

1. 自行車的交規法規與騎乘安全
2. 自行車構造組成與基本的檢查、保養、維修概念
3. 騎行中最常見的故障狀況與排除方式、並透過練習及分享讓學員們都可以輕鬆愉快出門、快樂騎行、平安回家。

2. 修此門課需具備什麼條件？

1. 自備自行車，課程安排中須參與自行車騎行之課程與活動。
2. 熱愛自然，熱愛戶外活動，對在地文化、藝術熱衷並遵守交通規格。

3. 上課的方式是怎麼進行的？學生可以有什麼收穫？

透過實際操作使同學能夠更加了解自己的交通工具，及日常保養及維修方式。

4. 如何取得學分？(評量方式)

1.

出席率，願意分享騎乘經驗。

5. 備註&推薦書目

1. 自行車戶外騎行課程會因天候關係及騎行需求而變更時間。
2. 戶外騎行規定依鐵馬社公佈之騎乘須知辦理，於課堂上說明。

【週末營或工作坊學費說明】

不享折扣優惠-舊生在110/2/5(五)前報名仍無法再享95折喔！

【退選說明】

本活動如欲退課，請於活動前一周110年2月26日〔星期五〕晚上8點前持報名收據至社大校本部辦理，逾期或收據遺失恕不辦理退課。

招生人數| 30 人 (若非課程特殊需求，每班招收人數至少 35 人。)

學分收費| 0 學分 200 元 (3 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	2021-09-25 上午09:00~11:50	法規與基礎保養 概念	9:00~9:40 認識夥伴 課程說明 9:40~10:00 自行車法規 10:00~12:00 必要的裝備 上下車與起步停止 車況檢查自我檢查
2	2021-10-30 上午09:00~11:50	基礎保養與簡易 維修	A、B、C、Q、健檢 內胎更換
3	2021-11-13 上午09:00~11:50	變速技巧	1.變速系統說明 2.練習台上的變速練習