**台北市東區水上救生協會 『2018南投日月潭長泳』**

集合地點：台北市成德國中運動中心（北市南港區東新街108巷23號）

活動行程：

9/15(六) 06:30 成德國中運動中心出發/提供早餐

09:30 南投草屯台灣工藝研究發展中心(導覽+DIY+休閒)

12:00 午餐

14:00 南投水里車埕車站、木業博物館

16:00 日月潭青年活動中心辦理住宿、泳渡注意事項說明、晚餐

19:00 夜游伊達邵碼頭,查看長泳上岸報到地點

9/16(日) 06:00~1200 日月潭青年活動中心 早餐，參加長泳

12:45 埔里蜜月館午餐

14:30 台中國家歌劇院+100M分子藥局+400M秋紅谷廣場參觀

17:00 垂坤食品(苑裡鎮山柑里8鄰77-16號)

17:45 苑裡龍園餐廳(苑裡鎮中山路322號) 晚餐

21:30 返回台北成德國中運動中心

活動費用：大會報名費800(泳協會員)及1,000(非泳協會員)

1、參加長泳 － 本會會員： 4,450元(今年已參加過長泳)

： 4,650元(今年未參加過長泳)

非本會會員： 4,750元(今年已參加過長泳)

： 4,950元(今年未參加過長泳)

2、純 旅 遊 － 本會會員： 3,550元，非本會會員： 3,850元

3、純長泳報名費(不訂便當)－泳協會員：850元，非泳協會員：1,050元

報名日期：即日起到 5月30日止，共2車72人，額滿截止

報名方式：

1、請以簡訊或電子郵件或LINE向副總幹事 林佳欣 教練報名e-mail：eej0105@yahoo.com.tw，TEL：0927-166-507

2、報名請提供：姓名，出生年月日，身分證字號，性別，聯絡電話，地址，衣服尺寸，吃素請註明。

3、完成報名請即匯款—中國信託銀行（銀行代號822），戶名：林佳欣，帳號：4955-4013-6104，轉完帳請以簡訊或電子郵件或LINE告知帳號後5碼，請於5月30日前轉帳，逾期視同放棄報名。

＊繳完費即不退費，請自行斟酌＊

『成德國中運動中心』集合地點交通資訊：

1. 捷運板南線 - 後山埤站3號出口(步行7分鐘) 2. 公車32,279 - 仁愛國宅

3. 公車257,279 - 忠孝醫院(步行6分鐘) 4. 公車257,279 - 香檳新村(步行6分鐘)

5. 公車257,279 - 玉成公園(步行5分鐘) 6. 公車32,523 - 忠孝醫院(同德)

7. 公車32,207,212正,212直,240正,240新明,270,279,281,284,6 - 忠孝醫院(步行 5分鐘)

※成人泳協報名規定，需於5月底前完成泳協會藉登入，才能取得年度相關長泳會員優惠。未參加本次長泳，擬參加往後成人泳協活動者，請於5月30日前先行繳交泳協會費150元，以便造冊繳費

理事長 *曾德昌*