

第 28 屆四健青年領袖營 行前訓練課程表

05 月 06 日(六)		05 月 07 日(日)		06 月 27 日(二)		06 月 28 日(三)	
		06:30-07:00	晨起			06:30-07:00	晨起
		07:00-07:30	早操			07:00-07:30	早操
		07:30-08:00	早餐			07:30-08:00	早餐
		08:00-09:30	Run 金魚缸			08:00-11:00	Run GPS
09:30-10:00	全員集合			09:30-10:00	全員集合		
10:00-12:00	場佈	09:30-12:00	Run 四健之夜	10:00-12:00	場佈	11:00-12:00	Run 咖啡館
12:00-13:00	午餐	12:00-13:00	午餐	12:00-13:00	午餐	12:00-12:30	午餐
13:00-13:30	開訓典禮	13:00-15:00	Run 開幕式	13:00-14:30	Run 報到	12:30-13:00	Run 惜別會
13:30-14:30	破冰					13:00-14:30	Run 呈現
14:30-15:30	急救技巧	15:00-16:00	Run 閉幕式	14:30-16:30	Run 開幕式	14:30-15:30	Run 閉幕式
						15:30-16:00	問題與檢討
15:30-17:00	分組經驗談	16:00-16:30	日檢討			16:00-16:30	結訓典禮
		16:30-17:30	場撤			16:30-17:30	場撤
17:00-18:00	Run 開幕式			16:30-18:30	Run 四健之夜		
18:00-19:00	晚餐			18:30-19:00	晚餐		
19:00-21:00	Run 轉動之夜			19:00-21:00	Run 轉動之夜		
21:00-22:30	團隊建立			21:00-22:30	引導力		
22:30-23:30	日檢討			22:30-23:00	日檢討		