



2025 全國四健年會行前訓練行前通知

壹、活動時間與地點

- 一、活動時間：114 年 10 月 18 日至 19 日(六至日)、11 月 8 日至 9 日(六至日)。
- 二、活動地點：走馬瀨農場(臺南市大內區其子瓦 60 號)。

貳、集合時間與地點

一、高鐵站接駁：

- (一)10 月 18 日(六)、11 月 8 日上午 09:00 於臺南高鐵站 2 號出口集合，09:20 發車一同搭乘遊覽車至走馬瀨農場第三會議室報到。
- (二)現場會有工作人員穿著綠色 polo 衫，並持「中華民國四健會協會」旗幟。
- (三)逾時不候，超過時間者請自行前往報到地點。

二、自行前往：

10 月 18 日(六)上午 10:00-10:30 自行前往走馬瀨農場第三會議室逕行報到。

參、活動攜帶用品及注意事項

以下活動用品請務必攜帶，並協助遵守相關規範：

一、個人用品

- 身分證、健保卡
- 個人藥品(蚊蟲叮咬)
- 個人換洗衣物
- 禦寒衣物、雨具
- 個人盥洗用具(住宿無提供牙刷、牙膏…等一次性盥洗用品)*
- 環保餐具系列(環保杯及環保筷，不提供瓶裝礦泉水)*

二、課堂所需用品

- 三色原子筆(黑、紅、藍)
- 筆記型電腦(可先自行下載 Xmind 程式，以利上課順利)

三、活動進行時間請穿著：

方便活動之衣服、鞋子，以四健會衣服為佳，請穿著長褲、運動鞋，勿穿著短褲及裙子。



肆、交通方式

一、高鐵

- 去程(搭乘 09:00 前抵達臺南高鐵站之班次)

1. 南下 0603 班次

南港 台南 2025/10/18(六) 06:30 ← 較早班次 較晚班次 →

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂	車身	備註		
06:40	01:57	08:37	0603	10-12				
06:40	06:51	07:00	07:15	07:27	07:53	08:19	08:38	08:50
07:00	02:11	09:11	0805	10-12				
07:10	01:56	09:06	1607	10-12				

2. 北上 0616 班次

左營 台南 2025/10/18(六) 08:00 ← 較早班次 較晚班次 →

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂	車身	備註		
08:00	00:12	08:12	0612	9-12				
08:15	00:12	08:27	1210	10-12				
08:25	00:15	08:40	0810	9-12				
08:35	00:12	08:47	0616	9-12				
08:35	08:48	09:08	09:32	09:57	10:11	10:25	10:36	10:45

- 回程(預計 15:00 結束課程，建議搭乘 16:30 後由臺南高鐵站發車之班次)

1. 北上 0842 班次

台南 南港 2025/10/19(日) 16:30 ← 較早班次 較晚班次 →

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂	車身	備註					
16:41	02:09	18:50	0842	8-12							
16:25	16:41	17:00	17:12	17:24	17:36	17:56	18:08	18:20	18:32	18:42	18:50
16:48	01:57	18:45	0664	8-12							
17:13	01:57	19:10	0666	8-12							
17:28	01:37	19:05	1246	10-12							

2. 南下 0651 班次

台南 左營 2025/10/19(日) 16:30 ← 較早班次 較晚班次 →

出發時間	行車時間	抵達時間	車次	自由座車廂	車身	備註
16:33	00:12	16:45	0651	9-12		
17:07	00:13	17:20	0655	9-12		
17:13	00:12	17:25	0837	9-12		

二、臺鐵(沙崙支線-沙崙火車站)

●去程 區間 3711

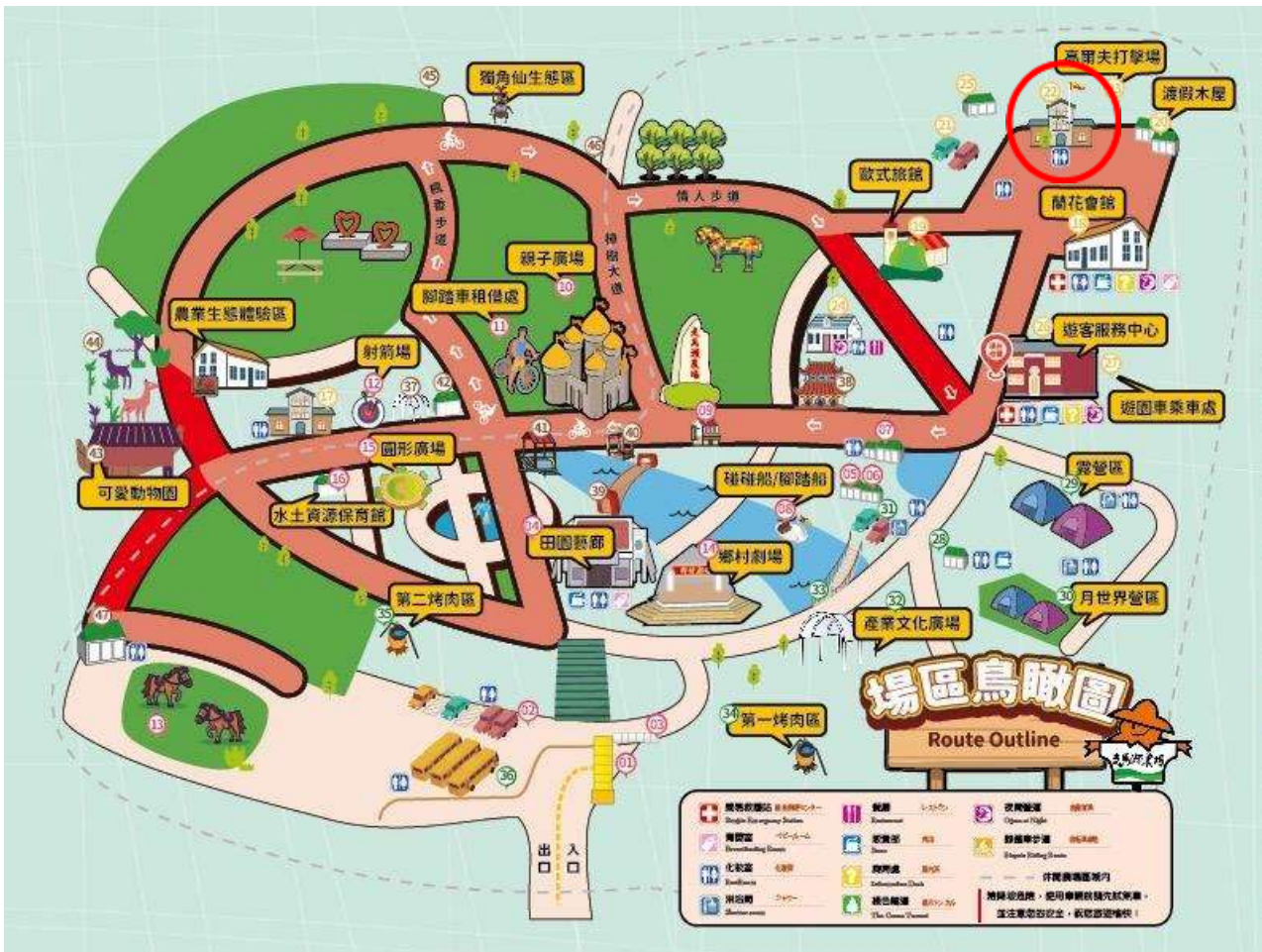
車種車次(始發站 → 終點站)	出發時間	抵達時間	行駛時間	經由	詳細資訊	全票
區間 3711 (善化 → 沙崙)	08:08	08:32	24 分	-	^	\$ 37
詳細資訊						
車種車次(始發站 → 終點站)	出發	往	抵達	經由	備註	
區間 3711 (善化 → 沙崙)	08:08 善化	→	08:32 沙崙	-	每日行駛	

●回程 3752 車次

車種車次(始發站 → 終點站)	出發時間	抵達時間	行駛時間	經由	詳細資訊	全票
區間 3752 (沙崙 → 永康)	16:18	16:40	22 分	-	^	\$ 37
詳細資訊						
車種車次(始發站 → 終點站)	出發	往	抵達	經由	備註	
區間 3752 (沙崙 → 永康)	16:18 沙崙	→	16:40 永康	-	每日行駛	

伍、場地資訊

- 一、活動地點：走馬瀨農場(臺南市大內區其子瓦 60 號)。
- 二、現場電話：0983-149-988。
- 三、說明：於走馬瀨農場第三會議室。



- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 01 大門口收費處 / Entrance 02 大門口停車場 / Parking Lot 03 機車停車棚 / Motorcycle Parking Lot 04 田園藝伴手禮館 / Country Gallery Gifts Shop 05 田媽媽草香餐坊 / Tien-Ma-Ma Forages Restaurant 06 星光世界 / Moon and Star World 07 小型超市(柑仔店) / Mini Super Market 08 碰碰船、腳踏船 / Bumper、Pedalo 09 土產教室 / Local product classroom
田媽媽農特產品加工直賣店 / Tien-Ma-Ma agricultural Products shop 10 親子廣場 / Children's Square 11 腳踏車租借處 / Bicycle Rental Area 12 射箭場 / Archery Ground 13 跑馬場 / Horse Race Ground 14 鄉村劇場 / Rural Theater 15 圓形廣場 / Round Plaza 16 走馬瀨農業館 / Tsou Ma Lai Agriculture Museum
芒果主題館 / Mango Theme Pavillion
水土資源保育館 / Soil and Water Educational hall 17 第六會議室 / Conference Room 6 18 蘭花會館(住宿登記處) / The Orchid Hall (Check-in)
蘭花會館廳、簡餐室、蝴蝶餐廳、咖啡廳 19 歐式旅館 / Euro-style Hotel
第三會議室 / Conference Room 3 20 渡假木屋 / Cabin Area / キャビン 21 住宿停車場 / Hotel Parking Lot 22 農民聯誼中心 / Farmers Service Center
第五會議室、KTV / Conference Room 5、KTV 23 高爾夫打擊場 / Golf Course | <ul style="list-style-type: none"> 24 草原餐廳 / Cao Yuan Restaurant 25 農業推廣中心 / Agriculture Extension Center 26 遊客服務中心 / Tourists Service Center
第一會議室 / Conference Room 1
第二會議室 / Conference Room 2
販賣部 / Grocers store 27 遊園車乘車處 / Guiding Bus 28 露營管理中心 / Camping Administration Center 29 露營區 / Camping Area / キャンプゾーン 30 月世界營區 / Moon World camping ground 31 露營區停車場 / Camping Parking Lot 32 產業文化廣場 / Industrial Culture Square 33 山訓場 / Training Field 34 第一烤肉區 / First B.B.Q. Area 35 第二烤肉區 / Second B.B.Q. Area 36 第三營火場 / Third campfire ground 37 平埔廣場 / Pepo Field 38 保安宮 / Bao-an Temple 39 大武壠吊橋 / Da-Wu-Long Suspension Bridge 40 西拉雅亭 / Si-La-Ya Pavillione 41 古農具動手 / The Ancient Farming Tools 42 蜜蜂生態區 / Apiary House 43 可愛動物園 / Cute Zoo 44 放牧區 / Pasture 45 獅子林 / Shih-Zih Woods 46 亞熱帶植物園區 / Subtropical Botanical Garden 47 苗圃 / Herb Garden |
|---|--|