

## 113年四健大專營 行前通知

壹、活動地點：日月潭青年活動中心(南投縣魚池鄉中正路 101 號)

貳、活動時間：113 年 10 月 10 日至 12 日(四至六)

參、集合時間：

一、活動當日 10 月 10 日(四) **上午 07:50 前**至臺中高鐵站**六號出口**集合，08:00 準時出發，由遊覽車接送至日月潭青年活動中心。

(逾時不候，若遲到請自行前往活動地點)

二、自行前往之學員，請於 10 月 10 日(四)上午 09:30 前抵達日月潭青年活動中心門口。

肆、集合須知：

一、請穿著四健相關衣服、休閒長褲，以及運動鞋等方便活動衣物。(請勿穿著短褲及裙子)

二、前往日月潭青年活動中心較多蜿蜒山路，請會暈車的夥伴提前服用暈車藥。

伍、攜帶物品：

個人用品	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 身分證、健保卡</li><li><input type="checkbox"/> 三套換洗衣物(因有下水課程，請多備幾套換洗衣物)</li><li><input type="checkbox"/> 個人盥洗用具</li><li><input type="checkbox"/> 個人藥品(暈車藥)、生理用品</li><li><input type="checkbox"/> 禦寒衣物(因早晚溫差大)</li><li><input type="checkbox"/> 雨具</li><li><input type="checkbox"/> 水壺、環保餐具(碗筷)</li><li><input type="checkbox"/> 盥洗用具(牙刷、牙膏、水杯)</li><li><input type="checkbox"/> 衣架(可將下水的衣服晾乾)</li></ul>
課程使用	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> 文具用品</li><li><input type="checkbox"/> 行前作業(另行通知)</li><li><input type="checkbox"/> 筆電(建議攜帶，也可以帶平板，未強制)</li></ul>

外出課程用品	<input type="checkbox"/> 隨身包包 <input type="checkbox"/> 一套方便下水的衣服(勿穿牛仔褲) <input type="checkbox"/> 防滑拖鞋 <input type="checkbox"/> 大浴巾 2 條(下水後上岸保暖用)
--------	---

陸、其他注意事項：

- 一、營隊期間發放營 T 兩件。
- 二、請勿攜帶非必要之貴重物品、遊戲機或過多現金。
- 三、本營隊保有合理之行程調動權力。
- 四、活動中請避免使用含有樟腦、香茅、紫藥水等會引起蠶豆症的精油類產品。

柒、交通資訊

一、去程：

以下提供 10 月 10 日(四)至臺中烏日高鐵站及新烏日火車站之交通時刻表供參考，請各地夥伴於 7:50 分前抵達。

● 高鐵

《北上》

車站 車次	左營	臺南	嘉義	雲林	彰化	臺中
0802	06:15	06:29	06:48	07:00	07:13	07:23
1202	06:25	06:38	06:57	X	X	07:19
1602	06:40	06:53	07:12	X	X	07:38

《南下》

車站 車次	南港	臺北	板橋	桃園	新竹	苗栗	臺中
0803	06:15	06:26	06:34	06:49	07:02	07:13	07:30
0203	X	06:30	06:38	X	X	X	07:18

● 臺鐵

《南下》

車種	車次	經由	始發站→到達站	抵達新烏日站時間
區間	2113	山線	北湖→嘉義	07:42

《北上》

車種	車次	經由	始發站→到達站	抵達新烏日站時間
區間	2134	山線	嘉義→基隆	07:12
區間	2138	山線	新營→后里	07:38

## 二、回程：

以下提供 10 月 12 日（六）自臺中烏日高鐵站及新烏日火車站發車之交通時刻表供參考，建議各地夥伴搭乘 18:30 後的列車，並提前訂回程車票。

### ● 高鐵

#### 《南下》

車站 車次	臺中	彰化	雲林	嘉義	臺南	左營
1245	18:40	X	X	X	19:18	19:30
0669	18:48	X	X	19:14	19:33	19:45
0849	19:17	19:30	19:41	19:55	20:13	20:25

#### 《北上》

車站 車次	臺中	苗栗	新竹	桃園	板橋	臺北	南港
0846	18:36	18:56	19:08	19:20	19:32	19:42	19:50
0148	18:39	X	X	X	19:21	19:32	19:40
0672	19:00	X	19:25	19:38	19:51	20:02	20:10

### ● 臺鐵

#### 《北上》

車種	車次	經由	始發站→到達站	新烏日站發車時間
區間	2254	山線	嘉義→基隆	19:35

#### 《南下》

車種	車次	經由	始發站→到達站	新烏日站發車時間
區間	3277	山線	后里→潮州	18:40

※ 本交通資訊僅供參考，若有疑問，請自行至各網站查詢。

● 高鐵：<https://www.thsrc.com.tw/ArticleContent/a3b630bb-1066-4352-alef-58c7b4e8ef7c>

● 臺鐵：<https://tip.railway.gov.tw/tra-tip-web/tip/tip001/tip112/gobytime>

捌、如有任何問題歡迎來電洽詢，聯絡人：王承霖組長、鄭恩僖專員

電話：02-2362-6021#15 Email：[hee31@fourh.org.tw](mailto:hee31@fourh.org.tw)