

棒球運動傷害防護研習會實施計畫

壹、主旨：探討棒球專項運動醫學訓練學理基礎，瞭解國內外研究趨勢，協助解決運動生理與體能相關實務問題，透過研習會方式，將正確的運動醫學觀念深耕於基層運動教練，減少運動員因過度訓練造成永久傷害，以致於縮短國內棒球員之運動生命，全面提升國內體育水準。

貳、指導單位：中華民國棒球協會。

參、主辦單位：長庚體系運動醫學整合照護小組。

肆、研習時間：2014年8月2日至3日（兩天一夜，免費提供膳宿）。

伍、研習地點：長庚養生文化村（桃園縣龜山鄉舊路村4鄰長青路2號）。

陸、研習課程：棒球投擲運動的基礎科學、棒球運動的上肢傷害、棒球運動的肩關節傷害、棒球運動的脊椎及下肢傷害、棒球運動員的營養建議、棒球運動員的心理狀態、運動禁藥。

柒、研習方式：

一、專題演講：邀請國內專家學者擔任課程講師，教授專業運動防護。

二、綜合座談：就現今棒球專項運動生理及體能相關問題與意見進行交流。

捌、參加對象：各級棒球團隊教練及合格防護員。

玖、報名日期：即日起至2014年6月15日（星期一）截止。

拾、報名方式：填寫報名表，傳真至03-3193700或E-mail至**bessha2013@cgmh.org.tw**。

拾壹、附則：

一、教育積分：公務人員在職進修時數（申請中）、台灣運動傷害防護學會再教育時數（申請中）

二、研習會參加學員所需之教材講義、膳宿由主辦單位提供，交通由學員自理。

三、研習地點地圖如附件，建議自備交通工具。

四、聯絡人：03-3196200 #2351 黃婉柔小姐。

棒球運動傷害防護研習會課程表

8月2日 (星期六)

13:00 – 13:30	13:00 – 13:30 Welcome Message	
	Opening Remarks	
	貴賓致辭	
	Course Description	
<p>Session I: Biomechanics and Pathophysiology 棒球投擲運動的基礎科學</p> <p>Moderator: (待定)</p>		
時 間	課 程	講 師
13:30-14:00	Biomechanics of throwing and kinetic chain 棒球投擲運動的生物力學	相子元教授
14:00-14:30	Motion analysis and causes of throwing injuries 棒球投擲運動的動態分析與受傷原因	周文毅主任
14:30-15:00	Epidemiology of baseball injuries 棒球運動受傷的流行病學	周文毅主任
15:00-15:30	Panel Discussion 專題討論	
15:30-16:00	<i>Coffee Break</i>	
<p>Session II: Arm Injuries 棒球運動的上肢傷害</p> <p>Moderator: 大專體總曾慶裕秘書長(待定)</p>		
時 間	課 程	講 師
16:00-16:30	Throwing injuries of the elbow 棒球投擲運動的肘關節傷害	陳昭宇主任
16:30-17:00	Wrist and hand injuries in baseball players 棒球投擲運動的手部與腕關節傷害	程俊穎醫師
17:00-17:30	Panel Discussion 專題討論	

8月3日(星期日)

Session III: Shoulder Injuries 棒球運動的肩關節傷害		
Moderator: (待定)		
時間	課程	講師
09:00-09:30	SLAP lesion and rotator cuff tear in baseball players 棒球運動的肩關節唇與旋轉肌肌腱傷害	邱致皓醫師
09:30-10:00	Shoulder instability of baseball players 棒球運動的肩關節不穩定	徐郭堯醫師
10:00-10:30	Panel Discussion 專題討論	
10:30-11:00	<i>Coffee Break</i>	
Session IV: Spine and Lower Extremity Injuries 棒球運動的脊椎與下肢傷害		
Moderator: (待定)		
時間	課程	講師
11:00-11:30	Lumbar injuries 棒球運動的脊椎傷害	徐文星醫師
11:30-12:00	Knee and hip injuries 棒球運動的膝關節與髖關節傷害	詹益聖主任
12:00-12:30	Panel Discussion 專題討論	
12:30-13:30	<i>Lunch Break</i>	
Session V: Others 其它議題		
Moderator: 文化大學運動教練研究所林正常所長(待定)		
時間	課程	講師
13:30-14:00	Sports nutrition strategies for baseball 棒球運動員的營養建議	陳怡玲營養師
14:00-14:30	Psychologic aspect 棒球運動員的心理狀態	陳嘉祥醫師
14:30-15:00	Doping issues of baseball 運動禁藥	葉文凌主任
15:00-15:30	防護員在運動傷害中扮演的角色	黃啟煌教授

棒球運動傷害防護研習會報名表

姓 名		性 別	
出生日期		身分證字號	
防護員證書証號 <small>(防護員填寫即可)</small>			
服務單位			
職 稱			
通 訊 處			
電子信箱			
聯絡電話		行動電話	
膳 食	<input type="checkbox"/> 葷食	<input type="checkbox"/> 素食	
住 宿	<input type="checkbox"/> 是	<input type="checkbox"/> 否	

填寫報名表，傳真至 03-3193700 或 E-mail 至

bessha2013@cgmh.org.tw

說明：

1. 請詳填各項資料，方便行政作業。
2. 請準時出席，以免延誤上課時數。
3. 依報名先後順序為準，唯額滿時將以教練優先錄取。
4. 報名表若不敷使用，請自行影印。
5. 住宿房間安排為兩人一間（兩張單人床）。

本人同意以上所列個人基本資料於「棒球運動傷害防護研習會」使用。

簽名：

棒球運動傷害防護研習會乘車資訊與交通路線(附件)

➔ 位置圖



➔ 自行開車

- 一、北上或南下請由中山高林口交流道下，沿文化一路往龜山方向經中正體育園區右轉振興路抵達本村。
- 二、桃園市區請沿振興路往長庚高爾夫球場與中正體育園區方向抵達本村。