

桃園市南平運動中心

TaoYuan City Nan Ping Sports Center



試營運 7/31

營運時間08時 - 20時

8/1~8/13

平日 12時 - 20時
假日 08時 - 20時

限時優惠折扣

- 票卡7折
- 報名107-5期(9-10月)課程8折
- 試營運期間報名107-5期課程即贈送『南平運動中心紀念玻璃瓶』
(數量有限送完為止)

試營運
預定時程表

8/14~8/20

平日 12時 - 20時
假日 08時 - 20時

限時優惠折扣

- 報名107-5期(9-10月)課程9折

8/21~8/31

平假日 09時 - 18時

- 運動設施暫停服務
- 1樓櫃檯接受課程諮詢及報名服務

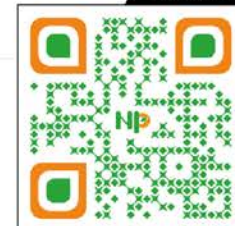
NP 桃園市南平運動中心
TAOYUAN CITY NAN PING SPORTS CENTER

330 桃園市桃園區南平路22號

官網: www.npsc.com.tw

粉絲頁: 桃園市南平運動中心

官方網站



臉書專頁



QR CODE



樓層介紹·收費方式

游泳

試營運開放注意事項

1. 游泳館六歲以下幼兒入場請至少**一名成人陪同**進場。
2. 入場須穿著泳衣、泳褲、泳帽與泳鏡。
5. 每天固定6時段清場，以進行環境清潔。

清場時間：

09:30-10:00	11:30-12:00	13:30-14:00
15:30-16:00	17:30-18:00	19:30-20:00

體適能

試營運開放注意事項

1. 未滿15歲請勿進入。
2. 入場須穿著運動服、運動鞋、並攜帶毛巾。
3. 嚴禁穿著牛仔褲或有拉鍊的褲子。
4. 每110分鐘清場10分鐘。
5. 因安全考量每場人數上限75人，額滿後採一進一出制。

開放時間：

A場08:00-09:50	B場10:00-11:50	C場12:00-13:50
D場14:00-15:50	E場16:00-17:50	F場18:00-20:00

樓層	設施	簡介
1 F	游泳館	25M 游泳池、SPA 池、兒童池、男女蒸氣室、男女烤箱。 12 歲以下兒童需由家長陪同。需著泳衣、泳褲、蛙鏡。 全票：\$100 元/人。 學生票：\$70 元/人（國小以上需出示學生證）。 幼童票：\$30 元/人（幼兒園以下，3 歲以下免費）。 優待票：\$50 元/人（65 歲以上長者需出示證件）。 陪同票：\$30 元/人（入場不下水）。
	飛輪教室	空調教室、高規格飛輪健身車。 本中心課程使用，需著運動服裝、更換乾淨運動鞋、毛巾。
2 F	體適能中心	高規格的全新健身器材。 需年滿 15 歲以上，需著運動服裝、運動鞋、毛巾。 全票：\$50 元/時。 優待票：\$25 元/時（65 歲以上長者需出示證件）。
	韻律教室	採用高級木質地板、設置鏡面牆及扶手。 本中心課程使用，需著運動服裝、更換乾淨運動鞋、毛巾。
	多功能教室	高規格設備及環境。 本中心課程使用，需著運動服裝、更換乾淨運動鞋、毛巾。
B1 • B2	平面停車場	室內汽機車停車場，設有身心障礙專用車位。 汽車：\$20 元/時；機車：免費。

票卡種類	價格	期限	注意事項
游泳館月卡	\$ 1,500 元	40 天	1. 限本人使用，不限時間 / 次數。 2. 限於游泳館使用。 3. 紙本會員卡須繳交 2 張照片，若是APP會員則不需要照片。
體適能月卡	\$ 1,500 元	40 天	1. 限本人使用，不限時間 / 次數。 2. 限於體適能館使用。 3. 紙本會員卡須繳交 2 張照片，若是APP會員則不需要照片。
樂齡卡	免費	無限期	1. 限 65 歲以上長者。 2. 限本人於公益時段使用。 3. 需繳交 2 張照片並出示證件。
課程體驗券	依課程付費	現場購買使用	1. 限當日購買使用，該堂課開課後十分鐘恕不退費。 2. 辦理退費需酌收 10% 手續費。 3. 此券請上課前交於授課教師。



桃園市南平運動中心

運動體驗課程報名須知

報名方式	詳閱簡章→選定班別→於1樓櫃檯報名。
課程時間	107年7月31日（二）至107年8月20日（一）止。
報名時間	107年7月31日（二）至107年8月20日（一）皆可報名，試營運開放報名時間為平日12：00 - 20：00；假日08：00 - 20：00。
報名地點	桃園市南平運動中心（桃園市桃園區南平路22號）。
停 課	逢天災(如颱風、地震、豪雨等)依照行政院人事行政局或桃園市政府公告停課與否，本中心不另行通知。
注意事項	一、報名本中心課程前，請先詳閱本中心報名須知及相關規定，在完成報名手續簽名後其法律效力及於報名人，報名人事後不得以不知道或未瞭解等事由作為抗辯理由。
	二、為維護報名學員權益， 本中心所有課程謝絕旁聽 ，以免影響上課秩序； 嚴禁照相錄影 ，以維護智慧財產權及個人隱私。
	三、倘內容有誤打，則以本中心櫃檯公告為準，遇特殊情況時，本中心得視需要調整上課教室，敬請配合見諒。
下期預告	107年第五期(九-十月)簡章於107年月八中旬上網、出刊，敬請期待。

試營運免費體驗課程表請見背面 ►

7/31(二)~8/6(一)

試營運

免費體驗課程

時間	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日
	二	三	四	五	六	日	一
09:30-10:30					成人泳訓班	兒童泳訓班	
10:00-11:00					活力飛輪 (50分鐘)		
13:00-14:00	韓風流行MV	伸展瑜珈	TRX 懸吊訓練	伸展瑜珈	韓風流行MV	TRX 懸吊訓練 魔力伸展瑜珈	基礎瑜珈
14:00-15:00	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班			幼兒泳訓班
15:00-16:00	TRX 懸吊訓練	肌力雕塑 Zumba	伸展瑜珈	Thump boxing	TRX 懸吊訓練	伸展瑜珈	肌力雕塑
15:30-16:30	幼兒泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	成人泳訓班	幼兒泳訓班
17:00-18:00	Thump boxing	TRX 懸吊訓練	燃脂飛輪 (50分鐘) 肌力雕塑	瑜珈提斯	Zumba	肌力雕塑	TRX 懸吊訓練
18:30-19:30	成人泳訓班	兒童泳訓班	成人泳訓班	成人泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班
19:00-20:00	燃脂有氧	燃脂飛輪 (50分鐘)	肌力有氧	基礎飛輪 (50分鐘) 皮拉提斯	肌力雕塑	Thump boxing	燃脂飛輪 (50分鐘) 流行MV

注意事項

- 所有體驗課程請於**課程開始前1小時**，親臨1樓客服櫃檯登記，不得代替他人登記，額滿為止。
- 有氧、瑜珈、肌力雕塑、飛輪、拳擊、TRX 體驗課程請穿著運動服、並攜帶乾淨的運動鞋、毛巾與水壺。
- 游泳體驗課程請穿著泳衣、泳褲、泳帽與泳鏡。
- 游泳體驗課程六歲以下幼兒請至少**一名成人陪同**進場。

課程種類	適合年齡	教室
有氧、瑜珈	適合年齡 12 歲以上	韻律教室
肌力雕塑	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
TRX 懸吊訓練	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
飛輪	適合年齡 12 歲以上	飛輪教室
拳擊、武術	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
幼兒泳訓	適合年齡 4-6 歲(學齡前)	游泳池
兒童泳訓	適合小一~小六	游泳池
成人泳訓	適合七年級以上	游泳池

8/7(二)~8/13(一)

試營運

免費體驗課程

時間	8月7日 二	8月8日 三	8月9日 四	8月10日 五	8月11日 六	8月12日 日	8月13日 一
09:30-10:30					幼兒泳訓班	兒童泳訓班	
10:00-11:00					TRX 懸吊訓練	耐力飛輪 (50 分鐘) 魔力瘦身瑜珈	
13:00-14:00	韓風流行MV	活力飛輪 (50 分鐘) 伸展瑜珈	基礎飛輪 (50 分鐘)	伸展瑜珈	韓風流行MV		肌力雕塑
14:00-15:00	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	成人泳訓班	兒童泳訓班			幼兒泳訓班
15:00-16:00	TRX 懸吊訓練 伸展瑜珈	肌力雕塑	伸展瑜珈	TRX 懸吊訓練	Zumba	肌力雕塑	TRX 懸吊訓練
15:30-16:30	兒童泳訓班	兒童泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班	成人泳訓班	兒童泳訓班
17:00-18:00	初級飛輪 (50 分鐘)	伸展瑜珈	TRX 懸吊訓練 肌力雕塑	瑜珈提斯	活力飛輪 (50 分鐘)	熱舞有氧	Thump boxing
18:30-19:30	成人泳訓班	成人泳訓班	幼兒泳訓班	成人泳訓班	成人泳訓班	幼兒泳訓班	成人泳訓班
19:00-20:00	燃脂有氧	TRX 懸吊訓練	肌力有氧	肌力雕塑 拳擊有氧	Thump boxing	肌力雕塑	基礎飛輪 (50 分鐘) 燃脂有氧

注意事項

- 所有體驗課程請於**課程開始前1小時**，親臨1樓客服櫃檯登記，不得代替他人登記，額滿為止。
- 有氧、瑜珈、肌力雕塑、飛輪、拳擊、TRX 體驗課程請穿著運動服、並攜帶乾淨的運動鞋、毛巾與水壺。
- 游泳體驗課程請穿著泳衣、泳褲、泳帽與泳鏡。
- 游泳體驗課程六歲以下幼兒請至少**一名成人陪同**進場。

課程種類	適合年齡	教室
有氧、瑜珈	適合年齡 12 歲以上	韻律教室
肌力雕塑	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
TRX 懸吊訓練	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
飛輪	適合年齡 12 歲以上	飛輪教室
拳擊、武術	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
幼兒泳訓	適合年齡4-6歲(學齡前)	游泳池
兒童泳訓	適合小一~小六	游泳池
成人泳訓	適合七年級以上	游泳池

8/14(二)~8/20(一)

試營運

免費體驗課程

時間	8月14日	8月15日	8月16日	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日
	二	三	四	五	六	日	一
09:30-10:30					兒童泳訓班	成人泳訓班	
10:00-11:00					活力飛輪	TRX 懸吊訓練 魔力伸展瑜珈	
13:00-14:00	韓風流行MV	伸展瑜珈	TRX 懸吊訓練	伸展瑜珈	韓風流行MV		基礎瑜珈
14:00-15:00	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班			成人泳訓班
15:00-16:00	TRX 懸吊訓練	肌力雕塑 Zumba	伸展瑜珈	Thump boxing	TRX 懸吊訓練	伸展瑜珈	肌力雕塑
15:30-16:30	幼兒泳訓班	成人泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班	幼兒泳訓班
17:00-18:00	Thump boxing	TRX 懸吊訓練	燃脂飛輪 (50 分鐘) 肌力雕塑	瑜珈提斯	Zumba	肌力雕塑	TRX 懸吊訓練
18:30-19:30	成人泳訓班	兒童泳訓班	成人泳訓班	成人泳訓班	成人泳訓班	幼兒泳訓班	兒童泳訓班
19:00-20:00	燃脂有氧	燃脂飛輪 (50 分鐘)	肌力有氧	基礎飛輪 (50 分鐘) 皮拉提斯	肌力雕塑	Thump boxing	燃脂飛輪 (50 分鐘) 流行MV

注意事項

- 所有體驗課程請於**課程開始前1小時**，親臨1樓客服櫃檯登記，不得代替他人登記，額滿為止。
- 有氧、瑜珈、肌力雕塑、飛輪、拳擊、TRX 體驗課程請穿著運動服、並攜帶乾淨的運動鞋、毛巾與水壺。
- 游泳體驗課程請穿著泳衣、泳褲、泳帽與泳鏡。
- 游泳體驗課程六歲以下幼兒請至少**一名成人陪同**進場。

課程種類	適合年齡	教室
有氧、瑜珈	適合年齡 12 歲以上	韻律教室
肌力雕塑	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
TRX 懸吊訓練	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
飛輪	適合年齡 12 歲以上	飛輪教室
拳擊、武術	適合年齡 15 歲以上	多功能教室
幼兒泳訓	適合年齡4-6歲(學齡前)	游泳池
兒童泳訓	適合小一~小六	游泳池
成人泳訓	適合七年級以上	游泳池