

## 台中市新成國小 102 年度推動教育優先區桌球校隊課程表

| 編號 | 日期     | 時間        | 課程內容                | 地點    | 教練  |
|----|--------|-----------|---------------------|-------|-----|
| 1  | 9月4日   | 7:50至8:30 | 回擊、發球、反手拍練習         | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 2  | 9月6日   | 7:50至8:30 | 回擊、發球、反手拍練習         | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 3  | 9月11日  | 7:50至8:30 | 回擊、發球、反手拍練習         | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 4  | 9月13日  | 7:50至8:30 | 回擊、發球、反手拍練習         | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 5  | 9月18日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 6  | 9月25日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 7  | 9月27日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 8  | 10月2日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 9  | 10月4日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 10 | 10月9日  | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球       | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 11 | 10月11日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 12 | 10月16日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 13 | 10月18日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 14 | 10月23日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 15 | 10月25日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 16 | 10月30日 | 7:50至8:30 | 推切球、正反手攻球           | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 17 | 11月1日  | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 18 | 11月13日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 19 | 11月15日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 20 | 11月20日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 21 | 11月22日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 22 | 11月27日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 23 | 11月29日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 24 | 12月4日  | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 25 | 12月6日  | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 26 | 12月11日 | 7:50至8:30 | 練習反拍、接球、回擊          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 27 | 12月13日 | 7:50至8:30 | 反拍、回擊、基本站姿          | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 28 | 12月18日 | 7:50至8:30 | 桌球步法、攻推球交互打配合步法     | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 29 | 12月20日 | 7:50至8:30 | 桌球步法、攻推球交互打配合步法     | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 30 | 12月25日 | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球、正反手攻球 | 本校桌球室 | 邱炳煬 |
| 31 | 12月27日 | 7:50至8:30 | 上旋發球(正反手)、推擋球、正反手攻球 | 本校桌球室 | 邱炳煬 |

承辦人