

防疫優先 新北停辦水域體驗活動 改推線上主題運動

【新北市訊】每年夏季最受歡迎的新北水域體驗活動，過往是暑假放電、親子運動的熱門選項之一，今年新北以防疫為優先，停辦 7 月-8 月所有夏季水域動體驗活動，另為鼓勵大家居家防疫也要規律運動，新北市各運動中心教練改線上運動教學，將陸續推出以水上運動訓練、兒童運動、親子運動的主題運動短片。

體育處表示，新北水域體驗活動每年一開放報名就秒殺，原規劃 6 月開始報名，60 梯次，共 2500 個免費體驗名額，活動集中在 7 月-8 月的週末期間舉辦，近日也陸續接到民眾詢問電話，考量全國疫情三級警戒，以防疫優先，故取消本活動。

體育處說，鼓勵大家疫情期間在家也要維持運動習慣，以提升免疫力，「新北運動聚點」粉絲專頁自 5 月底，每日推出 2 支居家運動小短片，由 16 座國民運動中心及 7 處新北運動聚點的專業教練進行線上教學，在家也有免費多元有趣的運動課程。

體育處補充說明，免費線上運動短片，可重複觀看，不受時間與空間限制，每週日晚間發布下周主題課表，接著 7 月份將以水上運動訓練、兒童運動、親子運動為主題，在家不能玩水，也能模擬在水中鍛鍊肌力與全身協調力，更有親子趣味運動，讓兒童放電的運動，想看更多教練的運動示範教學，歡迎搜尋 FB【新北運動聚點】粉絲專頁追蹤。

【資料詳洽】

體育處新聞聯絡 陳伶潔 電話：29620462 分機 803、0955-142-131

體育處新聞聯絡 陳瑋鈞 電話：29620462 分機 805、0963-128-072