「小特務探索趣」夏令營 課程表

Day 1(7/3 星期一、8/9 星期三)

時間	活動	地點	備註
07：30 08：00	召喚特務	中華民國紅十字會	報到
08：00 09：00	特務出勤	車程	約 1 個小時
09：00 09：30	特務相見歡	桃園青年體驗學習園區	破冰/說明園區安全規範
09：30 12：00	大腳哈利		團隊活動
12：00 13：30	特務充電		午餐/休息
13：30 16：30	三角穿越		團隊活動
16：30 17：00	特務收裝		活動結束整頓裝備
17：00 21：30	特務學急救		晚餐/急救課程及 水域安全宣導
21：30	美好夜晚		盥洗/就寢

大腳哈利

利用設施移動，需要三位挑戰者同時進行。也需要三位挑戰者的溝通協調以及耐力去完成！

三角穿越

挑戰者腳踩鋼索，手握一條棉繩從 a 點移動至 b 點。確保者過程中需保護挑戰者的生理安全，也可給予一些些的心理認同。在過程中不落地有效的移動至目的地，將可有效提高團隊向心、解決、溝通、互助能力！

「小特務探索趣」夏令營 課程表

Day 2(7/4 星期二、8/10 星期四)

時間	活動	地點	備註
08：00 09：00	召喚特務	桃園青年體驗學習園區	收整寢室/早餐
09：00 12：00	橫渡繩網		自我確保設施體驗
12：00 13：30	特務充電		午餐/休息
13：30 16：30	高空蔓藤路		高/低繩索體驗
16：30 17：00	特務收裝		活動結束整頓裝備
17：00 21：30	特務充電		晚餐/YABC 活動
21：30	美好夜晚		盥洗/就寢

橫渡繩網

自我確保設建立，鬆軟的繩網看似簡單，卻考驗了挑戰者的臂力，因為重心在下半身的緣故，如果沒有把自身與繩網的距離拉近，移動就全部都靠雙手支撐，手臂是會吃不消的，找到平衡的技巧，多用雙腿分擔重量前進吧。

高空蔓藤路

抓著一條一條棉繩踩著鋼纜，一步一步的向前走，可讓團隊產生高強度的應變能力，並提升體驗者以及確保者之靈活性。高空蔓藤路也可雙方操作，在高空上利用僅有的資源，如何不墜落的同時還能夠互相交換位置！這樣的挑戰可能激發雙方的協調、溝通、友誼、心靈上的提升！

「小特務探索趣」夏令營 課程表

Day 3(7/5 星期三、8/11 星期五)

時間	活動	地點	備註
08：00 09：00	召喚特務	桃園青年體驗學習園區	收整寢室/早餐
09：00 12：00	巨人梯		高/低繩索體驗
12：00 13：30	特務充電		午餐/休息
13：30 16：00	人體手足球		團隊競賽
16：00 17：00	結業式+整裝		結業式及收整行李
17：00 18：00	特務返程	車程	約 1 個小時
18：00 19：30		中華民國紅十字會	賦歸

巨人梯

提供團隊一個溝通協調能力，藉此拉近團隊彼此之間的距離。以及增加個人觀察力、忍耐力、身體肌耐力等，即便在體驗活動過程中緊張慌恐，都可以藉由團隊學員的加油打氣，提高自信心讓團隊面對難關時可一同思考如何突破一關關的關卡，享受勝利的喜悅。

人體手足球

將手足球遊戲檯，轉變成真人上場，模擬遊戲檯上的迷你運動員，雙手握住扶桿，左右橫移，將球踢進對手的球門。

＊備註：訓練課程依活動當日實際天氣及場地狀況做適當調整。