

特約公司合約書

中國青年救國團

(以下簡稱甲方)

立合約書人

國立鹿港高級中學

(以下簡稱乙方)

茲就雙方誠意合作，共同推廣訂立本合約，條款如後：

- 一、 甲方接受阿斯貝克運動教育訓練中心(彰化縣鹿港鎮鹿工路 1-6 號)提供為乙方員工運動特約使用場所。
- 二、 乙方所屬員工得憑具本人照片之員工識別證，以優惠價格購買甲方提供之場館、票券、設備、專案、課程等營業項目(優惠內容如附件)。
- 三、 乙方員工應按甲方所屬場館使用規則，辦理相關洽訂手續。
- 四、 乙方及其所屬單位需提供場所放置或公告甲方之各項宣傳資料，乙方所屬刊物、網站應刊登甲方各項服務訊息，並向乙方員工廣為推介，如有出版品，乙方有義務於出刊時，提供二份供甲方存參。
- 五、 本合約書有效期間自民國 114 年 1 月 1 日起至 114 年 12 月 31 日止。
- 六、 本合約書如有未盡事宜，另依雙方同意之約定行之。
- 七、 本合約書一式二份，甲乙雙方各一份，以資為憑。

立合約書人

甲 方：中國青年救國團

代 理 人：臺中市朝馬國民運動中心 執行長 李湘梅

聯 絡 人：阿斯貝克運動教育訓練中心 副執行長 林秀真

地 址：彰化縣鹿港鎮鹿工路 1-6 號

聯絡電話：(04)781-1375

電子郵件：041128@cyc.tw

乙 方：國立鹿港高級中學

代 表 人：校長林玉芬

地 址：彰化縣鹿港鎮中山路661號

聯 絡 人：許若絜

聯絡電話：04-7772403 #722

電子郵件：1002@apps.1ksh.chc.edu.tw

中 華 民 國 113 年 12 月 日

<附件>

單次優惠卷 方案一覽

113.11. 修訂

項目	內容	特約廠商優惠
1	健身房單次使用卷 (單次使用不限時間)	1. 每本 10 張，每張單價 50 元。 2. 最少購買量為 5 本。 3. 自購買日起，一年內有效。
2	單堂課程使用券 (需加入本中心 app 會員)	1. 每本 10 張，每張單價 200 元(課程單堂原價 250 元，僅限報名瑜珈、有氧課程，如欲上其他專業課程，需另補差額)。 2. 最少購買量為 1 本。 3. 自購買日起，一年內有效。
◎上述票卷，僅針對公司團體及福委會(職福會)等，本中心不對個人販售。		

場館優惠方案一覽

項目	設施收費	特約廠商優惠
1	入會費/每年	免入會費 (需出示有本人照片之職員證)
2	健身房單次購票	80 元(原價 100 元)。
3	健身房月票	原價 900 元，可使用 30 日(每次使用不限時間)。
4	運動研習課程/寒暑期 兒童營隊	1. 報名全期課程享 75 折優惠(如有特殊說明者除外)。 2. 直系子女報名寒暑期兒童營隊享 85 折優惠(如有特殊說明者除外)。 3. 如有 5 人以上，即可依貴公司需求及時段規劃團體包班，請另洽本中心。
5	個人健身教練指導	1 對 1 單堂課程費用 1,000 元(原價 1,500 元)
6	身體組成分析檢測	150 元(原價 250 元)。
7	綜合球場全場包場	運動用途(如員工社團活動或員工運動會)： 平日 09 時-17 時：600 元/時。 假日 09 時-17 時：1,500 元/時。 非運動用途(如廠拍會等)： 平日 09 時-17 時：1,800 元/時。 假日 09 時-17 時：2,500 元/時。 ◎因需事先預留，請於活動 3 個月前提出申請。

APP下載教學

※掃描QR下載APP

下載 LOHAS
智慧健身雲

登入企業
代碼YC

會員
登入/註冊



教學影片



APPLE STORE



GOOGLE PLAY

※註冊會員帳號請以身分證字號註冊。

※已註冊（含現場填表）會員，初始密碼為手機號碼。

線上場地預約

※個人選單可查詢繳費紀錄

點選
場地清單

選擇場地、
預約時段

下訂前詳閱
相關須知



教學影片

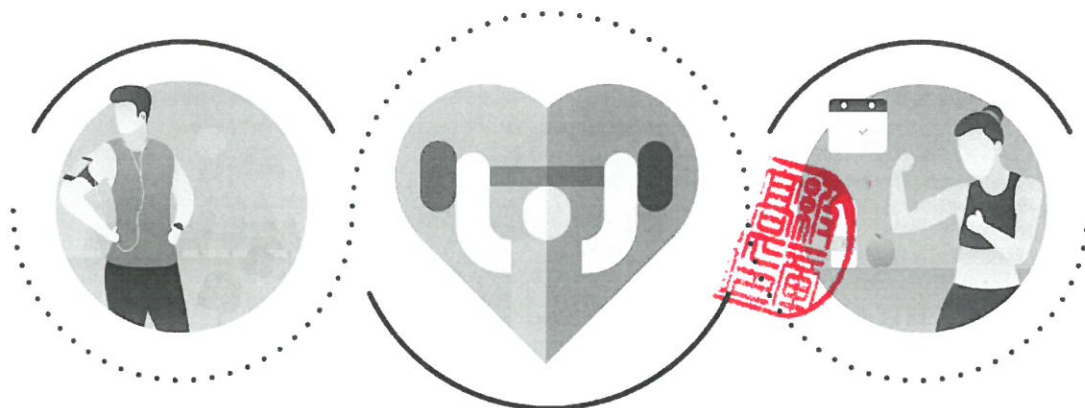
選擇發票
領取方式

刷卡
線上繳費



檢測

阿斯貝克科技體適能



檢測對象：23-64歲 費用：350元

檢測項目

身體組成分析

非會員250元

會員及彭濟堯傳員工100元

測量項目：身高、體重、腰臀圍量測

柔軟度適

測量項目：護背式坐姿體前彎

肌力適能

測量項目：握力

心肺適能

測量項目：漸進式原地抬膝踏步

如符合教育部體育署
之條件者：

民眾為當年度第1次
檢測，並同意相關資
訊上傳予體育署平台

首次檢測可享免費
第二次則按價收費

AS 阿斯貝克運動中心

ASPEC 秀傳醫療體系委託救國團經營管理



柔軟度適能

(護背式坐姿體前彎)

●●●●● ●●●●●

檢測目的

評估腿後與下背關節活動範圍。

●●●●● ●●●●●

重要性

良好的柔軟度可以提升肌肉、肌腱與韌帶等組織之柔軟度與伸展度，可改善、預防下背部疼痛及肌肉拉傷等傷害發生的機會。

AS 阿斯貝克運動中心
ASPEC 勞務醫療體系委託我國體能管理



(握力)肌力適能

●●●●● ●●●●●

年齡	10-14歲	15-19歲	20-24歲	25-29歲	30-34歲
握力 (kg)	33.89	39.37	43.81	47.31	-
握力 (kg)	41.74	47.11	51.55	55.05	-
握力 (kg)	47.86	52.23	56.67	60.17	-
握力 (kg)	53.98	58.35	62.79	66.29	-
握力 (kg)	59.10	63.47	67.91	71.41	-
握力 (kg)	64.22	68.59	73.03	76.53	-
握力 (kg)	69.34	73.71	78.15	81.65	-
握力 (kg)	74.46	78.83	83.27	86.77	-
握力 (kg)	79.58	83.95	88.39	91.89	-
握力 (kg)	84.70	89.07	93.51	97.01	-
握力 (kg)	89.82	94.19	98.63	102.13	-
握力 (kg)	94.94	99.31	103.75	107.25	-
握力 (kg)	100.06	104.43	108.87	112.37	-
握力 (kg)	105.18	109.55	113.91	117.41	-
握力 (kg)	110.30	114.67	118.95	122.51	-
握力 (kg)	115.42	119.79	124.09	127.61	-
握力 (kg)	120.54	124.87	129.15	132.71	-
握力 (kg)	125.66	129.99	134.29	137.81	-
握力 (kg)	130.78	135.11	139.39	142.91	-
握力 (kg)	135.90	140.23	144.51	148.01	-
握力 (kg)	141.02	145.35	149.63	153.13	-
握力 (kg)	146.14	150.47	154.75	158.25	-
握力 (kg)	151.26	155.59	159.87	163.91	-
握力 (kg)	156.38	160.71	164.99	168.91	-
握力 (kg)	161.50	165.83	170.11	174.01	-
握力 (kg)	166.62	170.95	175.23	179.13	-
握力 (kg)	171.74	176.07	180.35	184.41	-
握力 (kg)	176.86	181.19	185.47	189.51	-
握力 (kg)	181.98	186.31	190.59	194.61	-
握力 (kg)	187.10	191.43	195.71	199.71	-
握力 (kg)	192.22	196.55	200.83	204.91	-
握力 (kg)	197.34	201.67	205.95	210.01	-
握力 (kg)	202.46	206.79	211.07	215.13	-
握力 (kg)	207.58	211.91	216.15	220.21	-
握力 (kg)	212.70	217.03	221.27	225.31	-
握力 (kg)	217.82	222.15	226.33	230.41	-
握力 (kg)	222.94	227.27	231.45	235.51	-
握力 (kg)	228.06	232.39	236.57	240.61	-
握力 (kg)	233.18	237.51	241.69	245.71	-
握力 (kg)	238.30	242.63	246.81	250.81	-
握力 (kg)	243.42	247.75	251.93	255.91	-
握力 (kg)	248.54	252.87	257.01	261.01	-
握力 (kg)	253.66	257.99	262.13	266.13	-
握力 (kg)	258.78	263.11	267.25	271.25	-
握力 (kg)	263.90	268.23	272.37	276.37	-
握力 (kg)	269.02	273.35	277.49	281.49	-
握力 (kg)	274.14	278.47	282.61	286.61	-
握力 (kg)	279.26	283.59	287.73	291.73	-
握力 (kg)	284.38	288.71	292.85	296.85	-
握力 (kg)	289.50	293.83	297.97	301.97	-
握力 (kg)	294.62	298.95	303.09	307.09	-
握力 (kg)	299.74	304.07	308.21	312.21	-
握力 (kg)	304.86	309.19	313.33	317.33	-
握力 (kg)	309.98	314.31	318.45	322.45	-
握力 (kg)	315.10	319.43	323.57	327.57	-
握力 (kg)	320.22	324.55	328.69	332.69	-
握力 (kg)	325.34	329.67	333.81	337.81	-
握力 (kg)	330.46	334.79	338.93	342.93	-
握力 (kg)	335.58	339.91	344.05	348.05	-
握力 (kg)	340.70	345.03	349.17	353.17	-
握力 (kg)	345.82	350.15	354.29	358.29	-
握力 (kg)	350.94	355.27	359.39	363.39	-
握力 (kg)	356.06	360.39	364.51	368.51	-
握力 (kg)	361.18	365.51	369.63	373.63	-
握力 (kg)	366.30	370.63	374.75	378.75	-
握力 (kg)	371.42	375.75	379.87	383.97	-
握力 (kg)	376.54	380.87	385.01	389.01	-
握力 (kg)	381.66	385.99	390.13	394.23	-
握力 (kg)	386.78	391.11	395.25	399.35	-
握力 (kg)	391.90	396.23	400.37	404.47	-
握力 (kg)	397.02	401.35	405.49	409.59	-
握力 (kg)	402.14	406.47	410.61	414.71	-
握力 (kg)	407.26	411.59	415.73	419.83	-
握力 (kg)	412.38	416.71	420.85	424.95	-
握力 (kg)	417.50	421.83	425.97	430.07	-
握力 (kg)	422.62	426.95	431.09	435.19	-
握力 (kg)	427.74	432.07	436.21	440.31	-
握力 (kg)	432.86	437.19	441.33	445.43	-
握力 (kg)	437.98	442.31	446.45	450.55	-
握力 (kg)	443.10	447.43	451.57	455.67	-
握力 (kg)	448.22	452.55	456.69	460.79	-
握力 (kg)	453.34	457.67	461.81	465.91	-
握力 (kg)	458.46	462.79	466.93	471.03	-
握力 (kg)	463.58	467.91	472.05	476.15	-
握力 (kg)	468.70	473.03	477.17	481.27	-
握力 (kg)	473.82	478.15	482.29	486.39	-
握力 (kg)	478.94	483.27	487.41	491.51	-
握力 (kg)	484.06	488.39	492.53	496.63	-
握力 (kg)	489.18	493.51	497.65	501.75	-
握力 (kg)	494.30	498.63	502.77	506.87	-
握力 (kg)	499.42	503.75	507.89	511.99	-
握力 (kg)	504.54	508.87	513.01	517.11	-
握力 (kg)	509.66	513.99	518.13	522.23	-
握力 (kg)	514.78	519.11	523.25	527.35	-
握力 (kg)	519.90	524.23	528.37	532.47	-
握力 (kg)	525.02	529.35	533.49	537.59	-
握力 (kg)	530.14	534.47	538.61	542.71	-
握力 (kg)	535.26	539.59	543.73	547.83	-
握力 (kg)	540.38	544.71	548.85	552.95	-
握力 (kg)	545.50	549.83	553.97	558.07	-
握力 (kg)	550.62	554.95	559.09	563.19	-
握力 (kg)	555.74	560.07	564.21	568.31	-
握力 (kg)	560.86	565.19	569.33	573.43	-
握力 (kg)	565.98	570.31	574.45	578.55	-
握力 (kg)	571.10	575.43	579.57	583.67	-
握力 (kg)	576.22	580.55	584.69	588.79	-
握力 (kg)	581.34	585.67	589.81	593.91	-
握力 (kg)	586.46	590.79	594.93	599.03	-
握力 (kg)	591.58	595.91	600.05	604.15	-
握力 (kg)	596.70	601.03	605.17	609.27	-
握力 (kg)	601.82	606.15	610.29	614.39	-
握力 (kg)	606.94	611.27	615.41	619.51	-
握力 (kg)	612.06	616.39	620.53	624.63	-
握力 (kg)	617.18	621.51	625.65	629.75	-
握力 (kg)	622.30	626.63	630.77	634.87	-
握力 (kg)	627.42	631.75	635.89	639.99	-
握力 (kg)	632.54	636.87	641.01	645.11	-
握力 (kg)	637.66	642.00	646.14	650.24	-
握力 (kg)	642.78	647.11	651.25	655.35	-
握力 (kg)	647.90	652.23	656.37	660.47	-
握力 (kg)	653.02	657.35	661.49	665.59	-
握力 (kg)	658.14	662.47	666.61	670.71	-
握力 (kg)	663.26	667.59	671.73	675.83	-
握力 (kg)	668.38	672.71	676.85	680.95	-
握力 (kg)	673.50	677.83	681.97	686.07	-
握力 (kg)	678.62	682.95	687.09	691.19	-
握力 (kg)	683.74	688.07	692.21	696.31	-
握力 (kg)	688.86	693.19	697.33	701.43	-
握力 (kg)	693.98	698.31	702.45	706.55	-
握力 (kg)	699.10	703.43	707.57	711.67	-
握力 (kg)	704.22	708.55	712.69	716.79	-
握力 (kg)	709.34	713.67	717.81	721.91	-
握力 (kg)	714.46	718.79	722.93	727.03	-
握力 (kg)	719.58	723.91	728.05	732.15	-
握力 (kg)	724.70	729.03	733.17	737.27	-
握力 (kg)	729.82	734.15	738.29	742.39	-
握力 (kg)	734.94	739.27	743.41	747.51	-
握力 (kg)	740.06	744.39	748.53	752.63	-
握力 (kg)	745.18	749.51	753.65	757.75	-
握力 (kg)	750.30	754.63	758.77	762.87	-
握力 (kg)	755.42	759.75	763.89	767.99	-
握力 (kg)	760.54	764.87	769.01	773.11	-
握力 (kg)	765.66	770.00	774.14	778.24	-
握力 (kg)	770.78	775.11	779.25	783.35	-
握力 (kg)	775.90	780.23	784.37	788.47	-
握力 (kg)	781.02	785.35	789.49	793.59	-
握力 (kg)	786.14	790.47	794.61	798.71	-
握力 (kg)	791.26	795.59	799.73	803.83	-
握力 (kg)	796.38	800.71	804.85	808.95	-
握力 (kg)	801.50	805.83	809.97	814.07	-
握力 (kg)	806.62	810.95	815.09	819.19	-
握力 (kg)	811.74	816.07	820.21	824.31	-
握力 (kg)	816.86	821.19	825.33	829.43	-
握力 (kg)	821.98	826.31	830.45	834.55	-
握力 (kg)	827.10	831.43	835.57	839.67	-
握力 (kg)	832.22	836.55	840.69	844.79	-
握力 (kg)	837.34	841.67	845.81	849.91	-
握力 (kg)	842.46	846.79	850.93	855.03	-
握力 (kg)	847.58	851.91	856.05	860.15	-
握力 (kg)	852.70	857.03	861.17	865.27	-
握力 (kg)	857.82	862.15	866.29	870.39	-
握力 (kg)	862.94	867.27	871.41	875.51	-
握力 (kg)	868.06	872.39	876.53	880.63	-
握力 (kg)	873.18	877.51	881.65	885.75	-
握力 (kg)	878.30	882.63	886.77	890.87	-
握力 (kg)	883.42	887.75	891.89	895.99	-
握力 (kg)	888.54	892.87	897.01	901.11	-
握力 (kg)	893.66	897.99	902.13	906.23	-
握力 (kg)	898.78	903.11	907.25		