6月 運動防護員講習

消防互作安全衛生講習訓練

講師：張軒澔老師

辦理期間：6月份

辦理對象：各消防分隊同仁



6/4 金湖分隊



6/18 金沙分隊



6/23 烈嶼分隊



6/26 金城分隊



6/30 金寧分隊

我們的收穫與成長

降低運動傷害風險
學會正確的暖身、伸展與防護技巧，避免運動傷害

提升緊急處置能力
學習常見運動傷害的評估與處理方法，及時應變。

增進運動表現
掌握科學訓練與恢復知識，有效提升體能與耐力。

強化團隊安全
提升同仁運動安全意識，共同守護彼此健康。

打造更健康的自己
從知識到行動，培養運動習慣，為工作與生活注入更多能量。

運動有防護 任務更有力！

金門縣消防局 Fire Bureau, Kinmen County

國立臺北科技大學 TAIPEI TECH National Taipei University of Technology

LPMO北科大黃中和老師團隊