



張泰山理事邀請你~



台灣社區棒球推廣協會  
Taiwan Community Baseball Promotion Association



# 台灣社區棒球推廣協會 114年度「棒球文化與運動體驗活動」 實施計畫

# 主辦單位 - 台灣社區棒球推廣協會

□ 推廣棒球活動，培育對棒球有興趣的兒童、青少年。與學校及公司行號合作，舉辦棒球或相關公益運動，提供完善設備及師資陣容，讓社會大眾投入棒球運動。從中培養良好品格，建立運動家風範、提升社會良善風氣。



# 協會組織

理事長



張植雄 先生

- 好的運動股份有限公司 執行長
- 帕菲克國際運動行銷 股東
- 長期致力支持台灣基層運動的發展
  - 贊助台中中平國中田徑隊
  - 贊助台灣創新棒球協會
  - 全額贊助安康高中籃球冬令營
  - 全額贊助平溪永定國小民俗體育發展經費
  - 連續4年贊助南澳國小籃球隊出國比賽經費
- 成立運動基地-中和運動基地、中壢泰山棒球學苑
  - 引進HitTrax、Rapsodo等最先進運動科學設備
  - 全職聘請職業退役球員組成教練團隊
  - 致力發展科學化及數據化的運動科學訓練模式

# 認識我們的組織



## 張泰山

理事

中華職棒味全龍隊/打擊教練  
世界棒壘球總會迷你棒球推廣大使  
中華職棒、日本獨立聯盟、澳洲職棒/球員  
7座中華職棒總冠軍  
中華職棒年度全壘打王、安打王、打點王  
中華成棒國家代表隊/球員  
國家A級棒球教練



## 何獻凡

常務理事

國家運動訓練中心/守打教練  
中華職棒中信鯨隊/守備教練  
中華職棒/球員  
中華成棒國家代表隊/球員  
國家A級棒球教練



## 黃忠義

理事

中職/球評  
中華職棒義大犀牛隊/首席教練  
中華職棒興農牛隊/總教練  
中華職棒/球員  
2座中華職棒總冠軍  
中華職棒年度打擊王、安打王、打點王  
中華成棒國家代表隊/球員  
國家A級棒球教練

## 國家級/職業級教練暨顧問團隊

聘請數位正職專業教練，由前中職明星球員張泰山擔任顧問，以及多位職業退役選手及專業教練組成的龐大團隊。



01

### 全台最大連鎖棒球訓練基地

**NiceSports好的運動**發展業務主要為運動場館經營、專業棒球教練團隊、發展社區棒球俱樂部、校園棒球運動推廣等。現為台灣最大的專業連鎖棒球訓練基地與社區棒球俱樂部。好的運動團隊涵蓋場館管理、行銷及影音企劃、市場業務開發等，經營社群頻道推廣棒球運動，如FB、IG、YouTube、TikTok等。



02

### MLB級運科儀器輔助訓練

場館配置高科技儀器或器材，如HitTrax打擊模擬器及高速攝影機、Rapsodo PRO 3.0、Blast Motion球棒感測器、Pocket Radar測速槍、職業用3輪發球機、各式輔助訓練器材等。

03



05



04

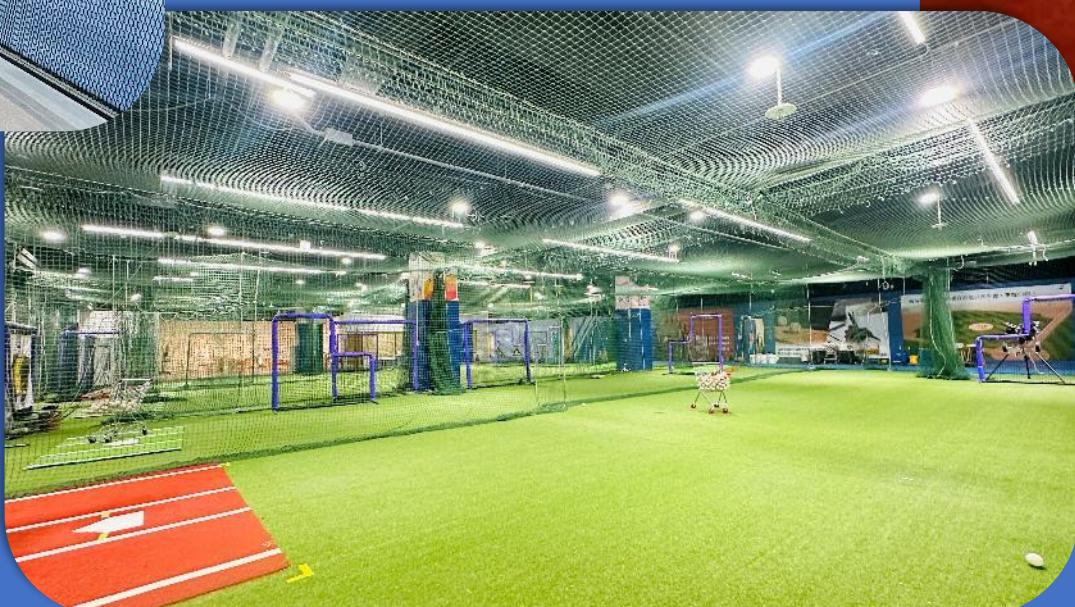
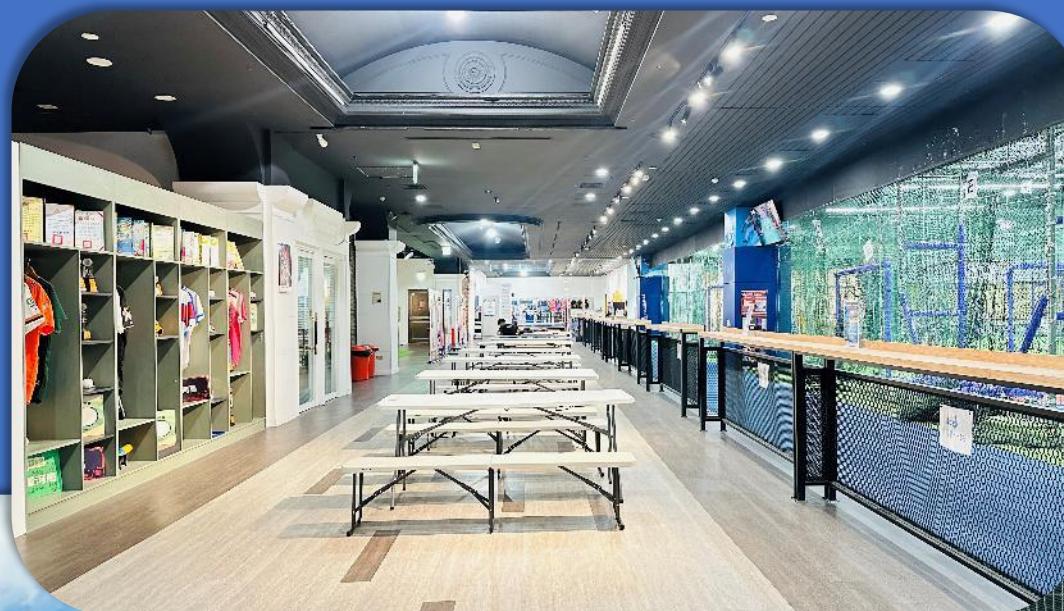


## 關係企業-帕菲克國際運動行銷

為全台前三大職棒球員經紀公司，旗下超過30餘位中職、日職、美職選手，包括費城費城人-潘文輝、福岡軟銀鷹-張峻瑋、富邦悍將-李宗賢、王正棠、辛元旭、陳真、中信兄弟-宋晟睿、統一7-ELEVEn獅-邱智呈、鄭鈞仁、樂天桃猿-宋嘉翔、邱鑫、味全龍-劉俊緯、台鋼雄鷹-王博玄等人。

以企業化模式經營社區棒球隊，現已多達10支球隊，分別設於中和、新莊重、三重、桃園、新竹、臺中等基地，其中與臺中東海大學進行建教合作，所成立東海河馬於2023年4月份成立至今已超過百餘位學員參與。另透過異業結合或與學校方建教合作，已將服務據點或合作校方擴張至全臺多處，包含新莊國泰國小、竹林中學、新莊高中、新竹市三民國小等。

位於中和交流道旁，為全台最大室內棒球訓練場館，超過 600 坪的訓練空間，包括超過200坪的室內人工草皮區，可劃分6個球道，以及短跑衝刺PU跑道、重訓健身區、多功能主題區、舞蹈教室等，場館內設有中央空調、親子衛浴及更衣淋浴設施，讓體驗民眾能不受天候因素影響，在新穎的運動場館內參與體育活動，還能擁有高規格的品質享受。



NiceSports好的運動-泰山棒球學苑由中華職棒傳奇球星-張泰山擔任學苑院長，泰山院長希望把過去的棒球經驗與想法，透過學苑去實踐和推廣，包括專業性、科學化、個人化的訓練方式讓選手在技術層面上能夠更有效率的提升。心理層面上，快樂打棒球以及親子棒球，一直是泰山院長的重要理念，希望球員從小就能透過棒球學習到親子的互動與正確的棒球觀念，歡迎對棒球有興趣大小朋友蒞臨場館。





### MLB級棒球訓練儀器

為美國大聯盟球隊用來提升球員實力的棒球運動模擬器，主要分成測速器、高速鏡頭及操作介面三大部分，在打擊模式下，可於擊球動作後0.2秒後顯示球進壘角度及進壘點、擊球點，以及球擊出的速度、仰角與飛行距離等，並運用電腦進行數據演算，模擬賽事中的打擊結果；並利用**高速攝影機**，分析揮棒機制，準確修正個人缺失。操作介面採觸碰式設計，操作十分簡易。



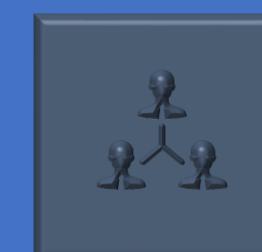
### 各式數據分析顯示

內建各式分析數據圖，包含擊球仰角、打擊落點、擊球點分析圖、打擊趨勢圖等，當使用者完成一次練習後即可得知當次揮擊狀況，也可立即對某次擊球做回顧，或透過前後比較分析，確認訓練方法是否產生正向效果。



### 各式比賽及練習模式

模擬不同MLB球場與計分模式，讓使用者能透過小隊競賽，輕鬆享受揮棒樂趣，同時內建各式遊戲及訓練模式，例如一般得分制、賽事、全壘打大賽、壘上有人情境模擬、技術挑戰、球棒控制能力訓練等練習模式；可多人同時進行或一人也可進行使用。



### 適用於各年齡及技術等級

可以針對小朋友、高中生、大專院校或職業級等不同等級使用者，依能力、年齡層，縮放球場比例尺，讓不同程度的使用者公平地同場較勁，並提供**跨國連線對抗賽**的遊戲模式，在屬於自己的年齡等級揮棒，不只能與同年齡層的各國好手一較高下，更能了解自己在全球同年齡層使用者的技術等級。

# 活動實績 ❖ 學生教育體驗活動 ❖

••• SPORTS  
NICE



竹林小學  
暑期校外活動

2023.07



竹林中學  
綜合運動團隊挑戰營

2024.05



何嘉仁菁英美語  
暑期活動

2024.08



凱斯美語營隊活動

2024.08



康橋幼兒園-小小運動會

2024.08



歡樂&技術 冬/夏令營

2022-2024.寒暑假

# 活動實績 ◆ 校園合作推廣及校隊訓練◆

••• SPORTS  
NICE

## 高中棒球隊 x 黑豹旗 x Nicesports

### 結合科技化訓練 新莊高中隊史首度打入64強

2022.9月迄今

好的運動自2022年九月起與新莊高中、中崙高中、竹林中學校隊合作，由具國家教練認證的教練進行訓練，每週安排團練，進行科學化的訓練，提升球員的實力。在2022年黑豹旗賽事，新莊高中校隊連勝兩場，隊史首度打入64強，面對傳統木棒強隊 - 善化高中，更完成七局賽事，雖敗猶榮。除黑豹旗賽事，亦參加地方或全國賽事，讓非科班學生念書之餘也能持續精進棒球技術。

ETtoday運動雲

中信盃黑豹旗 / 系統化訓練！新莊力抗善化打7局雖敗猶榮



▲中信盃黑豹旗，新莊高中。(圖／記者楊舒帆攝)

記者楊舒帆／新北報導

中信盃黑豹旗64強賽都表現出水準，繼前一戰新竹光復高中之後，第二場比賽新北新莊高中也跟木棒組善化高中打滿7局，以0比8落敗，校長謝金城在場邊看得很欣慰直呼「雖敗猶榮」。

新莊動用4名投手輪戰，羅浩博投2.1局被敲3安打、有2次保送、奪2次三振，失1分，楊博翔接替2.2局，被敲3安打包含1支場內全壘打，奪6次三振，失4分有2分非失分，隨後康家誠、蕭翊宸陸續後援登板完成比賽。

打線遭到善化4任投手封鎖，只有首局靠失誤上壘，合計接12K。雖然打線未能突破，能跟木棒組打滿7局，表現仍相當不錯，受到球評耿伯軒大力讚賞。教練李岱祐表示，「減少保送、控球是關鍵，才能打出精彩的內容。」

新莊校長謝金城全程看完比賽，「學生的拼鬥精神很好，分數咬得很緊，5、6局失分多了點，否則應該是0比3的比賽，守備失誤要繼續練習。不過善化高中是科班球隊，每天練習好幾個小時，社團練習時間相對少。」

新莊高中與帕菲克運動基地合作，進行科學化的訓練，提升球員的實力。謝金城表示，「感謝他們給予系統化訓練，看到成果表現不錯，黑豹旗是全國性質的比賽，讓球員擁有實戰經驗，就會成長，學校會全力支持，讓他們快樂打球。黑豹旗打到64強已經不錯，善化很強，我們雖敗猶榮。」



## Nicesports X 新莊國泰國小棒球隊

2023.6月迄今



好的運動2023年度6月也開始投入校隊科班訓練，與新莊國泰國小合作，由好的運動教練團隊領軍，負責球隊日常訓練及帶隊比賽，也定期安排球隊使用HitTrax、Rapsodo PRO 3.0等運動科學儀器，讓國泰國小棒球隊成為全臺首支使用運動科學儀器融入平時訓練中的國小校隊。同時行銷團隊也協助校方進行招生，製作DM或影片於社群曝光宣傳。

## 竹林中學 x Nicesports 成立竹林小飛熊 推廣校園棒球

2022.9月迄今

竹林中學體系為深耕棒球運動，與好的運動合作，成立竹林國小專屬的「竹林小飛熊隊」，為好棒河馬俱樂部增添生力軍。高中棒球社也由Nicesports教練團隊進行指導與訓練，持續精進球技，未來也將計畫成立競技體育班，耕耘基層棒球。



## SSK台美未來之星全能測試會 砂礫中尋找珍珠 球員赴美圓夢推手

2022.06.20

好的運動於2022年度中華職棒選秀會前夕首度辦理「台美未來之星測試會」，邀請超過15位台灣和美國職業球隊球探參加，並有超過30名好手參加。有別於一般測試會流程，透過科學化儀器的輔助，精準檢測參加者實力，讓潛力好手不再因簡易的測試內容成為遺珠之憾，活動大受球探及選手好評。其中參加測試的沙子宸選手也藉由該活動受到眾多MLB球探的青睞，更於今年與奧克蘭運動家隊簽約，一圓旅美夢想。

ETtoday運動雲

非科班沙子宸高中激增24公里 最快本周決定是否選秀



記者楊舒帆/台北報導

畢業於彰化藝中的投手沙子宸20日參加「SSK台美未來之星測試會」，在台美球探面前展現自己的優勢，對於是否參加中職選秀還在考慮中，最快本周會決定。

沙子宸非科班出身直到國中畢業才進入科班體系訓練，球速從高一剛入學的123公里，到高中畢業前最快已經達147公里。沙子宸因超齡無緣選進U18培訓隊，王貞治盃就持續重訓，為了20日的測試會，一周前開始微調英單，他坦言：「沒參加過科學化的測試會，剛好有這個機會，希望曝光度再高一點，以這樣的調整準備，表現還算滿意。」

談到選秀前的抉擇，沙子宸坦言，進入職棒就是殘酷舞台，像自己是完成度低投手，若進去還沒準備好，可能很快就會被淘汰。尤其高中盃賽為主，從來沒有連續出賽過，不管是續航力或體重肌力，還有大賽經驗都是考驗，因此尚未決定是否選秀。

身高190公分的沙子宸身材條件佳，但身體單薄，因此最近開始計畫性增重，從4月底70公斤到目前已經增加到76公斤，以5公斤為階段性目標，最終目標是90至95公斤。主要是透過一天喝3杯600卡的高蛋白，整天吃四餐以澱粉類為主。

沙子宸透露，增重後投球感到比較輕鬆能達到想要的速度，一邊增重也會一邊去球調整強度，因此不會不適應。一開始吃東西還可以接受，但後來還是要看意志力，所以找影片激勵自己，最近看的是《必勝球探》保持動力和



## 貝比魯斯聯盟代表隊賽前集訓

2022.07.02~2022.07.15

美國貝比魯斯棒球聯盟 ( Babe Ruth Baseball League )，是與威廉波特世界少棒聯盟 ( LLB )、美國小馬聯盟 ( PONY ) 齊名的三大棒球聯盟。好的運動中和運動基地提供專業的場館及設施，讓前往參加2022年的貝比魯斯聯盟 U12 Cal Ripken 台灣代表隊賽前集訓使用，並且安排技術暨體能檢測，使教練團更了解來自各縣市的原住民小球員們身體素質及技術水準，幫助小選手們走向國際奪取佳績。

## 中韓少棒投打守戰技團體賽

2023.01.15

由韓國少棒協會遴選出的兩支少棒代表隊專程來台參加「2023 年大豐盃 NiceSports 中韓少棒國際邀請賽」，好的運動邀請兩支聯隊與地主大豐國小少棒隊、力量河馬社區棒球隊，進行賽前暖身，一共進行「守備大魔王」、「投準團體賽」、「速球王」、「擊球初速團體賽」四項競賽，共同切磋球技交流。





## Nicesports校園公益活動- 職業棒球選手公益回饋列車

2021.12.08~2022.1.19

由好的運動教練團隊及帕菲克運動經紀旗下職棒球員前進新北及桃園國小校園，共計21所學校，進行指導教學，包含校隊球員或一般班級學生，推廣棒球運動。



中信兄弟-曾頌恩  
@桃園中壢-華勛國小



統一7-ELEVEn獅-姚杰宏  
@新北鶯歌-中湖國小



富邦悍將-陳真  
@新北板橋-溪洲國小



富邦悍將-王正棠  
@新北新店-大豐國小



中信兄弟-曾頌恩  
@桃園蘆竹-光明國小



樂天桃猿-林楷錡  
@新北永和-頂溪國小



費城費城人-潘文輝  
@新北新店-新店國小



富邦悍將-辛元旭  
@新北中和-積穗國小

# 活動內容

# 活動實施對象

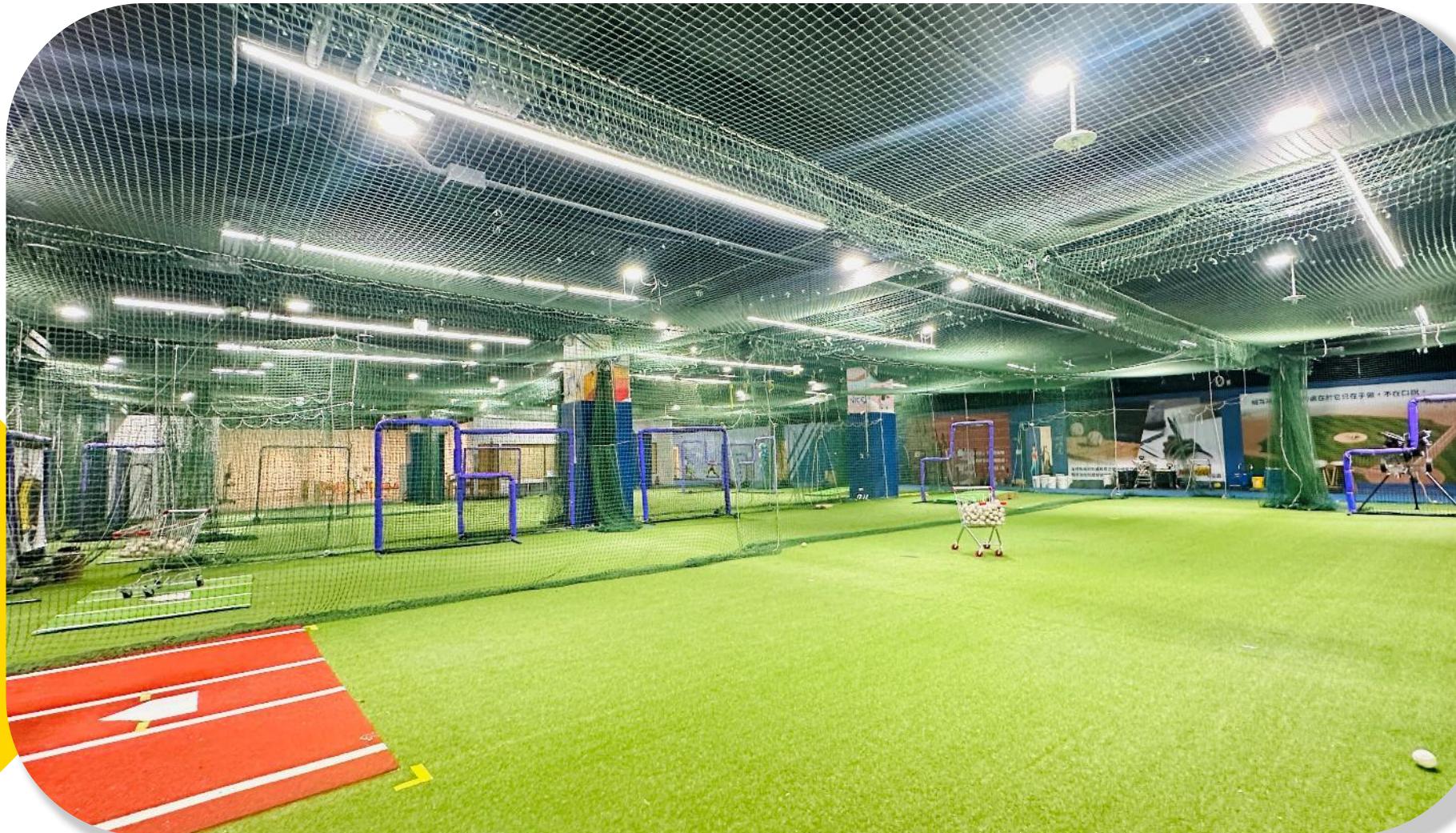
- 公、私立幼兒園大班及各國民中小學在學學生。
- 每場次90 – 120人。



# 活動地點 (大台北地區學校)

## □ NiceSports好的運動 - 中和運動基地

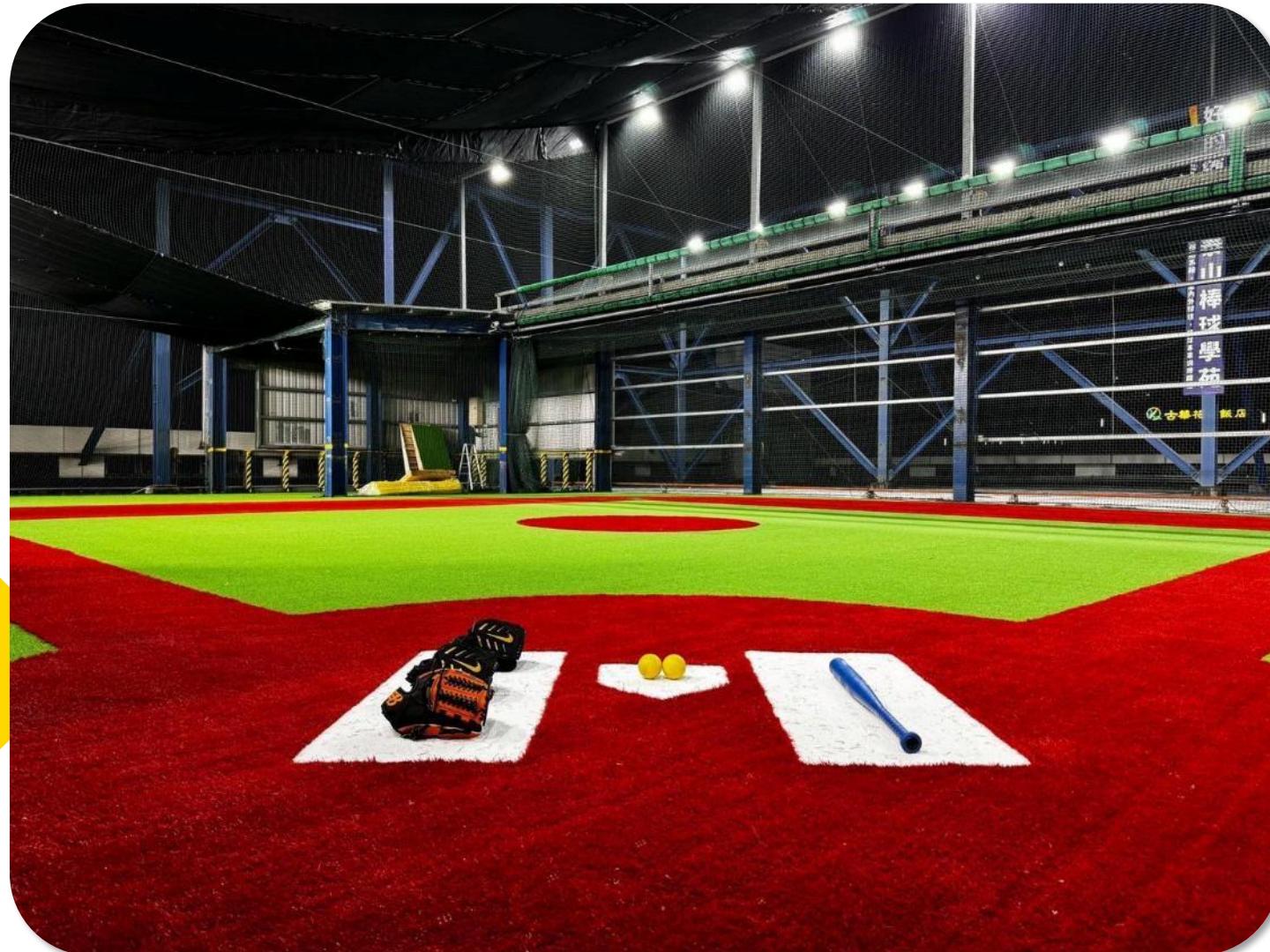
(新北市中和區錦和路388號 2樓)



# 活動地點 (桃園、新竹地區學校)

## □ NiceSports好的運動 - 泰山棒球學苑

(桃園市中壢區三光路350號7樓，中壢國民運動中心7樓)



# 活動時間

- 全年度，例假日、暑假時間(7月1日至8月27日)除外
  - ◆ 上午場：09:00-12:00
  - ◆ 下午場：13:00-16:0
- 
- 各單位自行擇定日期，並於活動前兩週完成申請

# 活動內容

- 以校外教學方式辦理
- 課程時間規劃為3小時
- 分組輪流進行動/靜態活動
  - ◆ 動態課程：棒球運動科技儀器體驗、小小棒球裁判。
  - ◆ 靜態課程：棒球文化演變、球員/教練分享會。



# 棒球運動科技儀器體驗

- 使用HitTrax打擊模擬系統，宛如親臨大聯盟球場
- 認識棒球打擊運動科學數據
- 由專業教練指導打擊動作



# 棒球運動科技儀器體驗

- 立即模擬在棒球場上的擊球狀態
- 即時提供擊球初速、仰角、擊球距離、擊球點等

數據

- 娛樂互動比賽與情境



# 小小棒球裁判

- 認識基礎棒球規則
- 透過影片/實際演練讓學生立即判決
- 判決正確率分組比賽
- 棒球裁判職業體驗



跟棒球裁判相關的各個手勢

# 棒球文化演變

- 認識棒球文化
- 介紹台灣棒球名人
- 認識台灣職棒發展歷史
- 透過問答互動，  
讓學生了解棒球發展



# 球員/教練分享會

- 球員/教練分享經歷。
  - ◆ 了解球員在比賽場下的所付出的努力。
  - ◆ 學習在低潮時的應對方式。
- 與學生問答互動。



# 活動流程

時間	活動項目	主要內容	備註
50分鐘	棒球運動科技 儀器體驗	HitTrax打擊模擬系統	分組進行
50分鐘	小小棒球裁判	認識棒球規則與實際判決	分組進行
50分鐘	棒球文化演變	認識棒球歷史 與台灣棒球文化	分組進行
30分鐘	球員/教練 分享會	分享棒球生涯經歷與 克服傷痛低潮過程	全體共同進行

- 活動順序依活動當日場地安排及活動人數另行調整。