



徵 24 名受試者

徵求自願且對重訓有興趣者，以大專生為主

研究內容: 抓舉動作學習

時間: 107 年 2 月 26 日至 4 月 27 日

每週一至三訓練，週四休息，週五檢測，訓練時間為晚間 6 點至 7 點

地點: 國立臺灣體育運動大學 舉重訓練場(電台街台中放送局對面)

聯絡人:負責老師 王信淵 0910846176 Line ID 0910846176