

中華民國全國建築師公會
「專題講堂：從山岳學專業-從專業裝備到極限挑戰的實踐」
【報名簡章】

主辦單位：中華民國全國建築師公會

一、緣由：

為推廣建築師走出室內專業領域、拓展國際視野，並培養在極限運動中所需的專注力、判斷力與風險管理能力，本課程特以「技術攀登」為主題，介紹登山運動中具有高度挑戰性與專業性的項目。課程旨在透過專業講師的說明，引導參與者了解技術攀登的發展與特點，進一步掌握此類活動所需的核心技能與安全觀念，使學員能從實際案例與技術解析中，感受攀登運動所蘊含的冒險精神與自我突破價值，並將其延伸應用於建築師專業的創新思維與團隊協作中。

課程內容將系統性介紹技術攀登的種類與內容，包括攀岩（Rock Climbing）、冰攀（Ice Climbing）及混合地形攀登（Alpine Climbing）等形式，並說明技術性路線的安全架設與操作方式。課程同時將探討攀登所需的專業裝備與技能，如繩索系統的建立與運用、岩楔與冰具的使用、體能訓練及風險評估等，並強調攀登過程中安全意識與風險管理的重要性。此外，講師亦將分析技術攀登作為一項極限運動的特質，說明其高危險性、高技巧性與高體能需求的挑戰，並探討其對身心健康的正向影響，包括提升體力、專注力、柔軟度、進取心與自信心等，使學員在理論與實務兼具的課程中，獲得全方位的登山安全與技術知識。

二、講師簡介：

【張啟明建築師】

張建築師傳承了前台灣省建築師公會吳夏雄理事長之山岳精神與卓越成就，長年投入登山活動推廣。自參與中華民國全國建築師雪山大會登山活動起，便深深愛上這項結合挑戰與自我突破的戶外運動。從最初的邯鄲學步、屢遭高山症困擾，到逐步克服體能極限，以堅定毅力從郊山、中級山一路攀登至百岳，並進而挑戰海外高山，循著前輩登山家的腳步，展現出專業與熱忱兼具的登山精神。

三、講習會內容：

1、講習對象：開業建築師、建築師事務所相關從業人員。

2、講習日期及地點：

時間：114 年 11 月 7 日（星期五）

地點：臺北市建築師公會【第二會議室】（臺北市基隆路二段 51 號 13 樓）

3、名額：本講習採實體與視訊並行：

A、現場 20 名。

B、視訊連結：<https://meet.google.com/ove-otof-jxt>。



← 視訊連結 QR Code

**4、洽詢電話及 E-mail：中華民國全國建築師公會 02-23775108 分機 20
張小姐 mini74@naa.org.tw**

四、參加費用及報名方式：

1、本論壇為免費課程，報名方式一律採網路報名，透過中華民國全國建築師公會網路報名系統(報名網址為：<https://reurl.cc/Nxz9xe>) 或APP(請搜尋：全國建築師公會app)，擇一方式報名。



← 報名連結 QR Code

2、全程參加者：本課程刻正向內政部國土管理署申請建築師換發積分核備文號，全程參與之建築師均可獲得相關積分點數。

五、課程表：

「專題講堂：從山岳學專業-從專業裝備到極限挑戰的實踐」 【課程表】

時間	課程內容	講師
14:00-14:30	報 到 / 開 場	
14:30-15:20	台灣國土山岳導論與戶外活動宗旨	張啟明建築師
15:20-16:10	海外技術攀登與淨零敬山課題	
16:10-16:30	綜合座談 Q&A	