

主辦單位：台灣運動醫學學會(SMA) 合作舉辦：Basepara 貝思沛拉棒球學校

08:30~08:55	報到	
08:55~09:00	貴賓致詞	
時間		講者
09:00~09:50	"牽一髮動全身"-棒球運動員常見之肩肘腕損傷	台北榮總骨科部 殷震宇醫師
09:50~10:00	Q&A	
10:00~10:10	場邊及診間超音波的應用	土城醫院復健科 陳渝仁醫師 林杏青醫師
10:10~10:35	超音波實作	
10:35~10:50	休息	
10:50~11:05	異常超音波影像與復健科處置	土城醫院復健科 陳渝仁醫師 林杏青醫師
11:05~11:20	Q&A 小組討論	
11:20~12:10	棒球隊常見飲食問題及改善方式	好食課總監 楊哲雄 營養師
12:10~12:20	Q&A	
12:20~13:30	午餐	
13:30~13:40	棒球運科訓練生態系簡介	貝思沛拉棒球學校 執行長 暨 創辦人 謝秉恒
13:40~14:20	動力鏈的定義、功能與檢測方式	貝思沛拉棒球學校 投手顧問 曾浩哲
14:20~15:00	手肘壓力相關的運動生物力學證據 (下肢、軀幹、上肢機制與調整方式)	
15:00~15:15	休息	
15:15~15:45	手肘的生理學需求、過負荷方式與訓練方法	貝思沛拉棒球學校 投手打擊顧問 林韋丞
15:45~16:30	科技穿戴式裝置的現況分析與實務應用分享	貝思沛拉棒球學校 投手顧問 曾浩哲
16:30	賦歸	