

## 體育畢業門檻-自我學習相關注意事宜

- ✓ 請下載【東海自我學習】APP，請務必開啟 GPS 定位，詳細操作方式請看東海自我學習 APP 操作手說明書。
- ✓ 自我學習規則:
  1. 需要完成 50 圈，可於自己方便的時間地點實施。
  2. 每天最多一次，每次至少 800 公尺(2 圈)，至多 2 公里(5 圈)。
  3. 圈數換算方式以大學操場為原則，操場 1 圈 400 公尺/2 圈 800 公尺以此類推。
- ✓ 有任何問題請致電體育室 04-23590121#30718/04-23590222