

法務部矯正署受訓學員晨跑須知

規定	說明
一、為培養三等監獄官班暨四等監所管理員班學員正常規律運動習慣，鍛鍊強健體魄，並增進基礎體能，以因應相關體技及鎮暴課程，俾利學員因應未來勝任繁重戒護工作，特訂定本須知。	本須知訂定目的。
二、除有下列情形之一者，學員於受訓期間一律參加晨跑： (一)收假當日早上或另有安排活動。 (二)學員因疾病或身體不適。 (三)經醫學中心、署立醫院、區域教學醫院或其他公立醫院開立診斷證明不適合跑步。	明定三等監獄官暨四等監所管理員班學員須參加晨跑，並明定例外之情形。
三、學員如因相關原因無法參加晨跑者，須向當日值班教輔人員報備並予以登記，於本署受訓結束前，將跑步次數列入學員團體生活考核。	一、有第二點所列例外情形不參加晨跑之學員，須向輔導員報備及登記。 二、學員跑步次數列入學員訓練成績操行項目的團體生活考核。
四、學員於本署受訓結束前，舉行一千二百公尺徒手跑步測驗，測驗日期另行公告，徒手跑步及格標準為男性學員五分五十秒以內，女性學員六分二十秒以內，不及格者得予補測一次，測驗結果列入學員團體生活考核。	一、一千二百公尺徒手跑步測驗及格標準分為男性及女性，參考法警體能測驗及格標準訂定為男性五分五十秒以內、女性六分二十秒以內。 二、跑步測驗不及格者得視實際狀況，於受訓結束前予以補測一次。 三、徒手跑步測驗結果列入學員訓練成績操行項目的團體生活考核。
五、學員除因疾病或身體不適等個人因素，致無法於受訓結束前參加測驗外，均應參加一千二百公尺徒手跑步測驗。 前項無法參加測驗之學員，應提出醫學中心、署立醫院、區域教學醫院或其他公立醫院開立診斷證明，並列入學員團體生活考核。	一、第一項明定學員除因疾病或身體不適等個人因素，致無法於受訓結束前參加測驗外，原則上均應參加跑步測驗。 二、第二項明訂不參加測驗學員應提出相關醫療院所之診斷證明，且不參加測驗列入學員訓練成績操行項目的團體生活考核。