



NIKE+ TPE FAQ

1. 什麼是 NIKE+ RUN CLUB ?

NIKE+ RUN CLUB 將最佳的 NIKE+ RUNNING 與 NIKE+ TRAINING CLUB 的數位化服務，現場體驗與 專業教練、配速員整合在一起，為所有運動員提供服務。 NIKE+ RUN CLUB 是眾多 NIKE+會籍的特權之一，從初跑者到馬拉松選手的各類運動員提供跑步 專業知識指導和每周訓練課程，在 NIKE 教練、領跑員的支持下，嘗試第一次、最有趣、最快速或是最合適距離的一次跑步課程。有關本季活動計畫的更多細節，請至 www.nike.com/nrc 或是 www.nike.com/tpc 查詢更多細節。

2. 為什麼 NIKE 決定改變現行的 RUN CLUB ?

對 NIKE 而言，我們始終找尋各種方法不斷創新和改進，從而更好地為運動員提供服務。我們透過升級 NIKE+ RUN CLUB 進一步實現打造跑步社群的承諾。同時為所有程度的跑者提供一流的訓練體驗。

3. 如何註冊？

加入 NIKE+ RUN CLUB 的跑者都須要先成為 NIKE+的會員。如需註冊，請至 <https://secure-nikeplus.nike.com/plus/>

4. NIKE+ RUN CLUB 的專業團隊有誰？

每個 NIKE+ RUN CLUB 由 NIKE+專業教練團隊負責，並由 NIKE+ PACER 團隊提供支持。美國首席教練 CHRIS BENNETT 依眾多經驗提出見解，全面負責 NIKE+ RUN CLUB 教練網絡與課程開發。NIKE+ RUN CLUB TPE 教練團隊:

- 顧問教練：吳文騫
- 總教練：吳信和
- 教練：吳敏、陳盛琦

5. NIKE+ RUN CLUB 有多少跑者參與？

為了給所有跑者提供優質體驗並接受專業教練與領跑員的服務，NIKE+ RUN CLUB 訓練課程參與人數有限，需要跑者上網登錄報名。根據每周不同的

訓練計畫，參與人數上限將有所變化。跑者也可以透過智慧手機，使用 NIKE+ RUNNING APP 和隨時暢跑與訓練。

6. NIKE+ RUN CLUB 是個實體的跑團嗎？

NIKE+ RUN CLUB 不只是一個實體的跑步課程，它透過將最佳的 NIKE+ RUNNING APP 與 NIKE+ TRAINING CLUB APP 數位化服務、現場經驗、專業教練指導和 PACER 整合在一起，透過一系列跑步和交叉訓練課程，為所有程度的跑者提供服務。

7. 我從哪裡獲取活動安排的相關消息？

請至 www.nike.com/nrc 了解更多關於 Nike+ RUN CLUB 活動的相關訊息。NIKE+ RUN CLUB 訓練安排將於每週日下午 3:00 發佈並更新，請至 www.nike.com/nrc 或是 www.nike.com/tpe 查看每週計畫。

8. 我能直接到訓練場地參加訓練嗎？

為了給所有跑者提供優質體驗並接受專業教練與 PACER 的服務，NIKE+ RUN CLUB 參與人數是有限制的，必須上網報名。為確保參加資格，跑者需要提前至 www.nike.com/nrc 並預約每週訓練課程的參加名額。

9. 台灣有多少 NIKE+ RUN CLUB 的服務地點？

目前僅於台北及台中啟動 NIKE+ RUN CLUB 課程，為眾多 NIKE+會員提供專業指導與每週訓練課程。

10. 是否有針對初學者的課程？

是的。我們針對新手跑者設置了名為「Ready Set Go Run」的訓練課程。跑步教練和配速員團隊將為你的每一步提供建議與精神鼓勵。請至 www.nike.com/nrc，了解更多關於「Ready Set Go Run」的訊息。

11. 我需要下載 Nike+ Running app 來參加嗎？

你不需要下載 Nike+ Running app 和 Nike+ Training Club app 來參加，但是這些應用程式能夠追蹤你跑步的里程、速度與消耗的卡路里，同時也能藉著這些數據來衡量你的進步。此外，更能夠與 Nike+社群保持聯繫。

12. 我需要提前多久到場？

報到程序將在每場訓練課程前 30 分鐘開始，請至少在訓練課程前 10 分鐘到達訓練場地。否則你的資格將可能被現場的 Nike+會員所取代。

13. 如果訓練課程因為不可抗力因素而取消，我將如何收到通知？

可以至 www.nike.com/tpe 的 NIKE+ RUN CLUB 課程頁面得知課程最新狀況。如遇課程取消，也會在原定課程開始前兩小時傳簡訊至你註冊 NIKE+會員所留的聯絡電話來做提醒。

14. 如果我要取消預約課程，該怎麼取消？

如果需要取消預約，請點擊確認郵件中的取消預約連結。我們期待下一次再與你一同訓練。如確定無法前往課程，請盡早取消預約，以供其餘跑者來參與課程。