



康乐及文化事务署 主办

泳池及沙滩救生训练综合证书课程

章程 (2025)

目的：培育救生人才，让参加者以「一条龙」方式，参与一系列衔接的拯溺课程及相关考试，以考取泳池及沙滩救生资历。

课程内容：训练包括拯溺铜章、急救证书、水上急救证书、泳池救生章、海洋拯救基础证书、独木舟拯救章及沙滩救生章。完成课程及在考试取得合格成绩者，可获取由中国香港拯溺总会发出的拯溺铜章证书、急救证书、水上急救证书、泳池救生章、海洋拯救基础证书、独木舟拯救章及沙滩救生章。

参加资格：年满 15 岁或以上人士。参加者须通过第一堂的水试，即于 5 分钟内游毕 200 米（任何泳式均可，惟背泳除外），并能踩水 3 分钟，方可继续参加余下课程。

名 额：20 人

费 用：\$1,310（全日制学生或其他合资格人士^注可享收费优惠：\$655）
（费用包括：个人救生纪录手册、全期训练、器材、考试及训练手册）

活动资料：请参阅**附页**

训练器材：由康乐及文化事务署（康文署）提供

教 练：由中国香港拯溺总会认可资格的教练教授

报名须知：

- (1) 参加者于报名前请详阅**附页**的活动资料；
- (2) 参加者须通过第一堂的水试，才可参加训练。康文署为未能通过水试者安排退款，惟所退款项须扣除入场费。参加者若缺席水试，则作弃权论，已缴费用，概不退还；
- (3) 所有证书考试均设有一次补考机会，而补考安排及日期必须由教练编排及在下一个证书考试前完成；
- (4) 参加者须出席所有证书的训练，而各证书课程的课堂出席率必须达 80%或以上，才可获得参与其后章别课程的考试资格；
- (5) 如参加者未能考获拯溺铜章及急救证书，仍可继续参加其后的水上急救证书及泳池救生章训练。教练会安排参加者在下一项考试前参与拯溺铜章及急救证书的补考。如参加者仍未能通过拯溺铜章或急救证书的补考，即视作为不符合投考沙滩救生章的基本资格，将不会获安排参加其后的海洋拯救基础证书、独木舟拯救章及沙滩救生

章考试，但参加者仍可继续出席相关课堂，而其水上急救证书及泳池救生章考试的成绩亦将会作废，而已缴费用概不退还；

- (6) 若参加者未能考获水上急救证书及泳池救生章，仍可继续参加及后的海洋拯救基础证书、独木舟拯救章及沙滩救生章训练及考试，教练会安排参加者于中国香港拯溺总会的公开考期进行补考，而所有补考安排必须遵循教练及主办单位指示，如未能按指定日期补考将视作放弃，而已缴费用概不退还；
- (7) 参加者在各项考试合格后，将获得相关的合格证书。例如，参加者于所有补考后，只于拯溺铜章、急救证书、海洋拯救基础证书、独木舟拯救章及沙滩救生章通过考试，仍然可获发相关证书及于个人救生纪录手册登记相关资历；所有参加者考获的证书及章别将安排于整个课程完结及考核后由中国香港拯溺总会一并签发；
- (8) 如参加者中途退出、缺席考试，或未符合参与考试的资格，已缴费用概不退还；
- (9) 教练及康文署职员有权拒绝让不守纪律的参加者继续上课，所缴费用概不发还；
- (10) 如参加者迟到，泳池职员有权拒绝参加者经团体入口进入泳池，参加者需自费进入泳池；
- (11) 除特别注明外，所有训练均以粤语授课，并以中文考试；
- (12) 如教练于任何时候观察到参加者的健康状况不宜学习或出现传染病病征，如发烧、呼吸道征状（如咳嗽、流鼻水、喉咙痛）、红眼症、红疹、皮肤破损等，教练有权实时终止其上课，以策安全；
- (13) 在特殊情况下，康文署保留最终解释权；及
- (14) 有关恶劣天气安排，请参阅康文署网页内的**报名须知**。如香港天文台于上课前两小时发出以下信号／警告，于泳滩或黄石水上活动中心举行的课堂，将有以下安排：

天气情况	课堂安排
黄色暴雨警告信号或强烈季候风信号生效	仍需到场地报到，活动进行与否，由教练视乎当地的天气情况而定。
红色或黑色暴雨警告信号生效	当日课堂将会取消
一号或以上热带气旋警告信号生效	

报名方式：活动名额以抽签方式分配

- (1) 申请人须于每月指定期限内经 SmartPLAY 流动应用程序（My SmartPLAY App）、SmartPLAY 网页或智能自助服务站递交电子抽签申请表，以报名参加翌月举行的活动。例如，申请人须于4月1至7日期间递交在5月举行的训练班抽签申请。
- (2) 详情请参阅附页及康文署网页内**报名须知**。

主办分区：
及
查询电话

葵青区康乐事务办事处 电话：2424 7201 地址：葵涌兴芳路 166-174 号 葵兴政府合署 8 楼 805 室	西贡区康乐事务办事处 电话：2791 3100 地址：将军澳培成路 38 号西贡 将军澳政府综合大楼 9 楼
南区康乐事务办事处 电话：2555 1268 地址：香港香港仔大道 203 号 香港仔市政大厦 4 楼	

注：年届60岁或以上的人士、全日制学生或残疾人士报名参加训练班时，均可享有优惠收费。有关人士须持有有效相关证明文件。全日制学生或残疾人士开设SmartPLAY账户后，可于其账户的「个人资料」登记其优惠资格。于首次出席活动前，须前往设于康乐场地或分区康乐事务办事处的SmartPLAY服务柜台，出示身分证明文件及有效优惠资格证明文件正本，例如附有相片的有效学生手册／学生证、劳工及福利局的「残疾人士登记证」、社会福利署的「伤残津贴申请获准通知书」，以供职员查核并将数据输入至SmartPLAY系统有关人士的个人帐户内；完成后，即可于证件有效期内，享有优惠收费。如享有优惠收费者未能于活动首课前完成上述手续，则须补交优惠收费与全费的差额。

泳池及沙滩救生训练综合证书课程
活动资料
(2025-26年度)

主办 分区 (活动编号)	证书／章别 (类别)	实习课			理论课			报名日期 (抽签)
		日期	时间	地点	日期	时间	地点	
葵青区 (KWT250675LSV)	水试	9/6	1900-2000	葵盛游泳池	--	--	--	1/5-7/5
	拯溺铜章 (BM)	11,13,16,18,20, 23,25,27,30/6, 2/7	1900-2100		14,21/6	1900-2100	荃湾体育馆 3楼活动室	
		4/7	1900-2200		28/6, 5/7	1900-2200		
		14/7	1900-2200		--	--	--	
	急救证书 (FA)	--	--	--	19,20,21,23/7	1900-2200	荃湾体育馆 3楼会议室	
					25/7	1900-2100		
					27/7	1900-2200		
	水上急救证书 (AQFA)	6,8,11,13/8	1900-2200	葵盛游泳池	30/7, 1,2/8	1900-2100		
		1/9	1900-2100		31/8	1900-2200		
	泳池救生章 (PLG)	15, 18, 20/8	1900-2200		3, 4/8	1900-2100		
		29/8	1900-2200		--	--	--	
	海洋基础证书 (OWRBC)	--	--	--	9,10,17/8	1900-2200	荃湾体育馆 3楼会议室	
	沙滩救生章 (BLGA)	13, 14/9	0900-1300 1400-1800	更生湾泳滩	--	--	--	
		21/9	0900-1300		--	--	--	
	独木舟拯救章 (CRBC & CRA)	27, 28/9, 4, 5/10	0900-1300 1400-1800		--	--	--	

注:考核日期将于课堂中公布

主办 分区 (活动编号)	证书／章别 (类别)	实习课			理论课			报名日期 (抽签)
		日期	时间	地点	日期	时间	地点	
西贡区 (SK250327LSV)	水试	7/5	1900-2000	西贡游泳池	--	--	--	1/4-7/4
	拯溺铜章 (BM)	7/5	2000-2100		11/5	0900-1300 1400-1800	西贡邓肇坚 运动场会议室	
		9,12,14,16,19, 21, 23, 26, 28, 30/5, 2/6	1900-2100		18/5	0900-1100		
		4/6	2000-2200		4/6	1900-2000		
	急救证书 (FA)	--	--	--	18/5	1100-1300 1400-1800		
					25/5	0900-1300 1400-1800		
					1/6	1000-1300		
	水上急救证书 (AQFA)	6,9,11,13/6	1900-2200	西贡游泳池	1/6	1400-1800		
		16/6	2000-2200		8/6	0900-1100		
					16/6	1700-2000		
	泳池救生章 (PLG)	18,20,23/6	1900-2200		8/6	1100-1300 1400-1600		
		25/6	1900-2100		25/6	1800-1900		
	海洋基础证书 (OWRBC)	--	--	--	15/6	1300-1600		
					22/6	0900-1200 1300-1600		
	沙滩救生章 (BLGA)	21/6, 28/6	0900-1300 1400-1800	银线湾泳滩	--	--	--	
		29/6	0900-1300					
	独木舟拯救章 (CRBC & CRA)	5,6,12,13,19, 20,26,27/7	0900-1200 1300-1700	黄石水上 活动中心	--	--	--	
		2, 9/8	1300-1700					

注:考核日期将于课堂中公布

主办 分区 (活动编号)	证书／章别 (类别)	实习课			理论课			报名日期 (抽签)
		日期	时间	地点	日期	时间	地点	
南区 (SN250275LSV)	水试	21/5	2000-2100	包玉刚游泳池	--	--	--	1/4-7/4
	拯溺铜章 (BM)	21/5	2100-2200		--	--	--	
		23, 26, 28, 30/5, 2, 4, 6, 9, 11, 13, 16, 18/6	2000-2200		24/5, 7/6	0900-1300	香港仔体育馆 5楼活动室 (2/8 除外)	
					14/6	0900-1100		
					21/6	1900-2000		
	急救证书 (FA)	--	--	14/6	1100-1300			
				28/6, 5, 12/7	0900-1300			
				17/7	1900-2200			
	水上急救证书 (AQFA)	20, 23, 25, 27/6	1900-2200	包玉刚游泳池	19/7	0900-1300		
		2/7	2000-2200		26/7	0900-1100		
					31/7	1900-2200		
	泳池救生章 (PLG)	4, 7, 9/7	1900-2200		2/8 (黄竹坑 体育馆活动室)	0900-1300		
		11/7	2000-2200		7/8	1900-2000		
	海洋基础证书 (OWRBC)	--	--	--	9/8	0900-1200		
					14/8	1900-2200		
					16/8	0900-1200		
独木舟拯救章 (CRBC & CRA)	17, 23, 24, 30/8	0800-1600	浅水湾泳滩	--	--	--		
沙滩救生章 (BLGA)	31/8, 7/9	0800-1800		--	--	--		

注:考核日期将于课堂中公布