

**學校體育推廣計劃**  
**外展教練計劃 — 滑浪風帆訓練班**  
**學校須知**

1. 通知所有學員穿著適當的運動服裝及準時到達上課場地，向教練報到。
2. 將「學生須知」交給訓練班學員，並提醒他們聽從教練及工作人員的指導。
3. 負責老師緊密監察參與學生數目及出席情況，切勿超出已確實的名額。
4. 負責老師/領隊於活動完畢後須將「學員及教練出席表」即時給予教練簽署以便其申報服務費用，學校可自行影印上述文件用作存檔。
5. 體育器材安排：由康文署安排，包括滑浪風帆及救生衣或助浮衣物。
6. 學校必須按照所編定的日期進行活動，如有更改須盡快以傳真方式（傳真號碼：2684 9076）書面通知本署並列明活動申請編號及需更改原因。
7. 惡劣天氣或特殊情況時活動的一般安排：
  - 7.1 學校因應教育局的指示不用上課，當日活動即告取消。

- 7.2 如天文台於活動開始前兩小時，發出任何暴雨警告信號、或任何熱帶氣旋警告信號、或強烈季候風信號、或空氣質素健康指數達10+級屬「嚴重」健康風險時，當日活動即告取消。在水上活動場地進行的活動，可參照下表：

天氣情況 活動類別	雷暴警告	任何暴雨警告 或 熱帶氣旋警告信號 或 強烈季候風信號	空氣質素健康指數達 7級 屬「高」健康風險	空氣質素健康指數達 8-10級 屬「甚高」健康風險	空氣質素健康指數達10+級 屬「嚴重」健康風險
一天的課程	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，學員 <u>仍需</u>	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，活動將會取消。	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，學員 <u>仍需到水上活動中心/場地報到</u> 。活動的強度及/或時間將適當調節。	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，活動將會取消。	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，活動將會取消。
多天的活動	到水上活動中心/場地報到。活動進行與否，將會由中心/場地職員或教練按當時的天氣情況決定。	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，當日課程將會取消，有關補課安排將另行通告。課程其餘的活動日期不變。			

- 7.3 學校亦須考慮實際天氣及交通情況判斷是否進行活動，並與教練保持密切聯絡。
- 7.4 如活動取消，學校可與負責教練協商補課安排，並須盡快以傳真方式(傳真號碼：26849076)書面通知本署補課日期，並列明活動申請編號，本署會盡量協助補課安排。
8. 如學校並非按照上述安排而自行放棄進行有關活動，本署有權不作補課。而學校亦應及早通知本署及教練有關活動經已取消。

**學校體育推廣計劃**  
**外展教練計劃 — 滑浪風帆訓練班**  
**學校須知 (續上頁)**

9. 學校於訓練班完畢後一星期內，將學員及教練出席表傳真回本署(傳真號碼：2684 9076) ，以便本署用作統計。如學校因應行政需要自行編製學員及教練出席表，必須包括本署提供的「學員及教練出席表」內所有有關資料，如申請編號、活動資料、所有教練姓名及簽名、章別測試結果（如適用）、學生性別及班別、老師備註等。

\*\*以上資料如有修改，將以康樂及文化事務署最後決定為準。

## 學校體育推廣計劃 外展教練計劃 — 滑浪風帆訓練班 學生須知

1. 參加者必須準時到達中心向教練報到，各水上中心的水上活動時間為上午九時至十二時及下午一時至四時。如因特別事故未能準時到達上課場地，負責老師或參加者必須立即致電通知教練或水上活動中心。水上活動中心查詢電話：2665 3591 (大美督)，2813 9117 (赤柱正灘)
2. 參加者須帶備身分證明文件及收據出席活動，以便中心職員／教練核對。
3. 參加者如未能如期出席活動，所繳費用，不會退還。
4. 參加者必須聽從教練及工作人員指導進行活動，所有參加者必須在中心指定的水域內進行活動。
5. 參加者如在課程進行時感到不適，必須立即停止活動及通知教練。
6. 參加者必須帶備適當裝備：
  - 6.1 參加者須帶備泳衣、泳褲、眼鏡帶、運動衣服、風褸及太陽帽。下水時，必須穿著有袖外衣、包趾和包跟膠鞋(不可穿著拖鞋及涼鞋，因不能護腳)及中心提供的救生衣或助浮衣物。
  - 6.2 需自備洗滌用品及後備衣物。
  - 6.3 部份中心備有物資免費提供使用(例如：膠衣 (Wet suit))，惟須按照中心使用守則及使用後放回原處。
  - 6.4 如參加者的裝備不適當，將會被拒絕進行水上活動。
7. 惡劣天氣或特殊情況時活動的一般安排：
  - 7.1 學校因應教育局的指示不用上課，當日活動即告取消。
  - 7.2 如天文台於活動開始前兩小時，發出**任何暴雨警告信號**、或**任何熱帶氣旋警告信號**、或**強烈季候風信號**、或**空氣質素健康指數達10+級屬「嚴重」健康風險時**，當日活動即告取消。在水上活動場地進行的活動，可參照下表：

天氣情況 活動類別	雷暴警告	任何暴雨警告 或 熱帶氣旋警告信號 或 強烈季候風信號	空氣質素健康指數達 7級 屬「高」 健康風險	空氣質素健康指數達 8-10級 屬「甚高」 健康風險	空氣質素健康指數達 10+級 屬「嚴重」 健康風險
一天的課程	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，學員 <b>仍</b>	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，活動將會取消。	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，學員 <b>仍</b>	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，學員 <b>仍</b>	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，活動將會取消。
多天的活動	<b>需到水上活動中心/場地報到</b> 。活動進行與否，將會由中心/場地職員或教練按當時的天氣情況決定。(如訓練課程內有海上旅程，有關部份將會取消)	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，當日課程將會取消，有關補課安排將另行通告。課程其餘的活動日期不變。	<b>/場地報到</b> 。活動的強度及/或時間將適當調節。	<b>/場地報到</b> 。活動的強度及/或時間將適當調節。	如於活動開始前兩小時，發出上述空氣質素健康指數警告信號，活動將會取消。

7.3 參加者亦須考慮實際天氣及交通情況判斷是否進行活動，並與教練保持密切聯絡。

7.4 參加者可向老師查詢補課事宜。

8. 參加者必須經常留意中心的旗號，因為活動可能因天氣轉壞或特別原因而隨時需要停止。旗號註釋：

8.1 紅旗 - 表示進行水上活動將有危險，各項水上活動即時停止，參加者及教練須盡快返回中心。

8.2 鯊魚旗- 表示附近水域發現懷疑鯊魚物體，參加者需即時停止活動，而離岸的參加者則應坐在艇上，等候拯救人員接返中心。

8.3 黃旗 - 表示天氣開始轉壞或離岸水域有危險，所有水上活動只可在近岸水域進行。

8.4 N旗(即藍白格仔旗) - 表示水上活動時間即將完結或下一節的水上活動時間仍未開始。

9. 參加者必須自行管理個人的衣服與財物。如有遺失，主辦機構恕不負責。各中心設有自助儲物櫃，請留意以下安排：(如自備鎖頭，請勿用密碼鎖頭)

- 大美督及創興的儲物櫃：請自備五元硬幣及自備鎖頭

- 赤柱正灘的儲物櫃：請到辦事處領取儲物櫃鎖匙，並在活動完結後交鎖匙回。

10. 膳食

10.1 參加者需自備食物及飲品。

10.2 活動中心均設有飲料售賣機，請自備輔幣購買。

11. 交通 (如自行前往)

大美督	- 在大埔火車站乘75K或275R(只在星期日及公眾假期行駛)巴士到大美督巴士總站下車(車程約45分鐘)，然後步行約5分鐘便到達中心。
赤柱正灘	- 乘搭14號巴士由西灣河至赤柱炮台 - 乘搭63/65號巴士由北角碼頭至赤柱 - 乘搭6/6X/260號巴士由中環交易廣場至赤柱監獄 - 乘搭73號巴士由數碼港至赤柱監獄 - 乘搭973號巴士由尖沙咀(東)至赤柱 - 在赤柱市集下車，步行約5分鐘便到達中心

\*以上資料如有修改，將以康樂及文化事務署最後決定為準\*