

中國香港賽艇協會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦

學校體育推廣計劃

聯校水上賽艇訓練計劃(四及五星課程)

2022/2023 年度章程

宗旨	為有潛質及有志在水上賽艇運動發展的學員，提供持續及有系統的訓練，提升其水上賽艇技術水平。
參加資格	(a)參加者必須能夠穿著衣服游畢 50 米；及 (b)經中國香港賽艇協會(賽協)教練推薦，證明技術達三星程度或以上的水平後，以個人名義參加。
活動對象	中學生
課程內容簡介	(a)賽艇伸展及熱身運動：學員將學習及完全掌握賽艇專用伸展及熱身運動的技巧。 (b)室內賽艇機應用：學員以室內賽艇機改進賽艇技術，亦會參與室內賽艇的分齡比賽。 (c)水上賽艇技術：學員學習使用進階器材(比賽專用艇)，以改進並完全掌握賽艇基本技術，亦會參與水上賽艇的分齡比賽。 (d)小組團體活動：小組形式。 (e)課程完結前，教練將評核學員水平；通過測試者將有機會獲總會選拔，以接受進一步的培訓。
訓練場地	沙田賽艇中心或賽馬會石門賽艇中心
費用	每位 285 元
活動時數	每課程 15 小時 (可按活動安排而分為 6 節， 每節 2.5 小時， 建議學生於連續兩個月內完成)
名額	每班 8 名
	同一學年，每名學員最多獲安排 2 次訓練課程。
建議活動日期及時間	星期一至五 下午 4 時至 6 時 30 分 或 星期六、日 上午 9 時至下午 6 時
	訓練時段將由中國香港賽艇協會安排

報名表格	<p>參加者可向學校索取或在以下網頁下載：</p> <p>康樂及文化事務署網頁： http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/download_info/download.html#8</p> <p>中國香港賽艇協會網頁： http://www.rowing.org.hk/hk/youth-development-programme/</p>
報名須知	<p>(a)申請人以<u>個人名義</u>報名；報名表須由學校蓋上校印。</p> <p>(b)聯校水上賽艇訓練計劃(四及五星課程)將在賽協轄下的沙田賽艇中心或賽馬會石門賽艇中心進行，練習的日期及時間將由賽協安排或由賽協與學生協調。如對活動日期有任何查詢，請先向賽協職員聯絡(電話: 2696 2337 或 3841 7351)。</p> <p>(c)提交申請時，須就每份申請夾附一張相關款額的支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」)，連同教練推薦書(即報名表下半部分)，在活動開始前一個半月將之寄回沙田安景街27號賽馬會石門賽艇中心中國香港賽艇協會辦事處收。請在信封面註明「聯校水上賽艇訓練計劃(四及五星課程)」。</p> <p>(d)如報名人數不足，主辦機構有權取消該課程。</p> <p>(e)在教育局宣佈停課或以下惡劣天氣情況下，活動即告取消：</p> <p>(1)活動舉行前兩小時，天文台發出強烈季候風、雷暴、1號或以上熱帶氣旋、黃色或以上暴雨警告信號；或</p> <p>(2)如環境保護署公布一般監察站錄得空氣質素健康指數達「嚴重」水平(即10+級)，受影響地區的室外活動須即時停止。</p> <p>(f)所有取消的課堂均不設退款。如場地許可，賽協將盡量安排補課。</p>
因應新型冠狀病毒最新情況的注意事項	<p>參閱附件 II 「參加者注意事項」。</p>
備註	<p>學員應穿上運動服和運動鞋參加訓練課程。</p>
查詢電話	<p>2601 7609 或 2601 7648(康樂及文化事務署學校體育推廣小組) 2696 2337 或 3841 7351(中國香港賽艇協會)</p>

學校體育推廣計劃
聯校水上賽艇訓練計劃(四及五星課程)
報名表格

康文署專用

(填妥此表格後，請連同(1)教練推薦書(即本函下半部分)及(2)支付報名費用的劃線支票於活動開班前1個半月交回中國香港賽艇協會辦事處)

申請人資料

姓名(中文)： _____ 性別： * 男 / 女
出生年份： _____ 報名費資料： 金額 \$ _____ 支票號碼： _____
聯絡電話/手提電話： _____ 傳真號碼/電郵地址： _____
(如本人於活動時遇上緊急事故，請致電 _____ 聯絡人： _____)
所持星章程度： _____ 星 完成日期： _____

請在可出席的上課時段的方格內加上別號(必須最少選擇一項)。

● 上午

星期六 星期日

● 下午

星期一 星期二 星期三 星期四 星期五
 星期六 星期日

家長同意書 (須由家長或監護人填寫聲明)

本人謹此聲明，上述資料全部屬實，本人同意 _____ (申請人姓名) 參加上述活動，並聲明他/她的健康及體能良好，並無患有任何不適宜參加上述活動的疾病，而且能夠穿著衣服游畢 50 米。

家長/監護人簽署： _____ 家長/監護人姓名： _____

家長/監護人聯絡電話： _____ 日期： _____

就讀學校資料

就讀學校名稱： _____

聯絡老師姓名： _____

聯絡老師電話： _____ 學校印章： _____

(校方已知悉學生(上述申請人)參與此活動，並獲得其家長同意。)

教練推薦

茲證明上述學員經技術測試後，獲評定具備賽艇_____星程度及發展潛能，故推薦此學員參加聯校水上賽艇訓練計劃。

教練簽署： _____ 教練姓名： _____
聯絡電話： _____ 日期： _____

* 請刪去不適用者

注意事項：

1. 若學員得到教練的推薦並證實技術合乎要求，可連同報名表及繳交報名費用的支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」，背面寫上參加者姓名)寄回沙田安景街27號賽馬會石門賽艇中心中國香港賽艇協會辦事處收。請在信封面註明「聯校水上賽艇訓練計劃(四及五星課程)」。如申請不獲接納，賽協將退回支票予申請人。
2. 賽協職員將聯絡參加者通知有關訓練的安排。
3. 你所提供的資料，只作中國香港賽艇協會及康樂及文化事務署舉辦的康體活動報名事宜、統計、日後聯絡及活動意見調查之用。遞交報名表後，如欲更正或查詢個人資料，請致電26017609或2601 7648與康樂及文化事務署職員聯絡。

由賽協填寫：訓練班編號 _____ 經辦人簽名(正楷)： _____