

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

Organised by the Hong Kong, China Rowing Association
Subvented by Leisure and Cultural Services Department
Co-organised by the Education Bureau

學校體育推廣計劃

RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃初級課程(二星課程)

2021/2022 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，提升他們的水上賽艇技術水平。
參加資格	參加者必須能夠穿著衣服游畢 50 米
活動對象	小學四至六年級學生
課程內容簡介	(a)學習划艇運動的安全守則及划艇特定伸展熱身運動。 (b)以室內賽艇機學習基本划艇技術及進行體能訓練。 (c)用模擬水上雙槳艇器練習以便掌握水上划艇技術。 (d)以康樂艇作訓練器材，教授艇隻離岸、前行、轉彎、停艇及逆划等技術。
訓練場地	沙田賽艇中心或賽馬會石門賽艇中心
費用	每位 210 元
活動時數	每課程 12 小時 (可按活動安排而分為 3 節， 每 4 小時， 建議學生於連續三周內完成)
名額	每班 6 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 2 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： https://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/application_guide.html</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)RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃初級課程(二星課程)將在中國香港賽艇協會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中國香港賽艇協會(賽協)安排或由賽協與學生協調。如對活動日期有任何查詢，請先向中國香港賽艇協會職員聯絡(電話: 2696 2337 或 3841 7351)。</p> <p>(c)申請人須將填妥的報名表連同報名費用之劃線支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」)，寄回沙田排頭街1-3號康樂及文化事務署總部1樓學校體育推廣小組收。信封面請註明「RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃初級課程(二星課程)」。</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>(f)活動舉行前兩小時，天文台發出強烈季候風、1號或以上熱帶氣旋警告、黃色或以上暴雨警告信號；或</p> <p>(g)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需即時停止。</p> <p>所有取消之課堂均不設退款。如場地許可，中國香港賽艇協會將盡量安排補課。</p>

<p>因應新型冠狀病毒病最新情況的注意事項</p>	<p>(a) 參加者必須遵守《預防及控制疾病》的有關規例，包括：《(規定及指示)(業務及處所)規例(第599F章)》、《(禁止羣組聚集)規例(第599G章)》、以及《(佩戴口罩)規例(第599I章)》的最新規定。</p> <p>(b) 如參加者需要進入體育處所，須利用手機掃描「安心出行」二維碼，或登記姓名、聯絡電話及到訪處所的日期及時間。</p> <p>(c) 參加者請盡量攜帶自己的運動用品及器材，以減少使用公共物品。</p> <p>(d) 參加者應自備飲用水和個人衛生用品。</p> <p>(e) 參加者在每堂上課前必須妥善清潔雙手，以及先向教練/工作人員申報體溫正常及不是正接受政府指定的強制檢疫人士，未能通過健康申報的參加者不應參加課程。</p> <p>(f) 參加者、教練及工作人員進行活動時，應盡量保持適當的社交距離。</p> <p>(g) 非參加者不要在場地範圍逗留。</p> <p>(h) 參加者須保持良好個人衛生，並留意自己身體狀況，如發覺有2019冠狀病毒病最常見的病徵，如發燒、乏力、乾咳及呼吸困難，或其他病徵，包括鼻塞、頭痛、結膜炎、喉嚨痛、腹瀉、喪失味覺或嗅覺、皮疹或手指或腳趾變色，則不應勉強上課。</p> <p>(i) 如教練/工作人員觀察到參加者的健康狀況不宜上課，或參加者出現上述(h)項所述的病徵，如發燒及呼吸道徵狀，會立刻勸諭參加者停止參與活動；參加者應盡快求醫診治。</p> <p>(j) 參加者須根據政府預防及控制疾病的最新規例佩戴口罩。</p> <p>(k) 疫情期間，參加者佩戴口罩進行運動時，應時刻留意呼吸及心跳等生命體徵的變化，並應適時放緩或停下來休息。此外，流汗和呼氣會弄濕口罩。參加者請適時更換自備的口罩，以策安全。</p> <p>(l) 因應2019冠狀病毒病發展及相關的規例，中國香港賽艇協會有權審視當時的情況修改課程，參加者請留意有關的安排。</p>
<p>備註</p>	<p>學員應穿著運動服和運動鞋參加訓練課程。</p>
<p>查詢電話 Enquiry</p>	<p>2601 7609 或 2601 7648 (康樂及文化事務署學校體育推廣小組) (School Sports Programme Unit, LCSD)</p> <p>2696 2337 或 3841 7351 (中國香港賽艇協會) (Hong Kong, China Rowing Association)</p>

學校體育推廣計劃
RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃
初級課程(二星課程)
報名表格

康文署專用

(填妥此報名表後，請連同報名費用之劃線支票交回康樂及文化事務署總部1樓學校體育推廣小組)

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「✓」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 (申請人須由家長或監護人填寫此聲明)

本人謹此聲明：上述所報資料全部屬實，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，及能夠穿著衣服游畢 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。)

* 請刪去不適用者

注意事項：

1. 申請人須將填妥的報名表連同報名費用之劃線支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」，並在支票背面寫上學校及申請人名稱)，遞交或寄回沙田排頭街1-3號康樂及文化事務署總部1樓學校體育推廣小組收。信封面請註明「RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃初級課程(二星課程)」。
2. 如報名的學生超過限額，康文署將以抽籤方式決定取錄名單。
3. 中國香港賽艇協會職員將聯絡參加者通知有關訓練的安排。
4. 所有項目一經報名，不得申請退款、轉班或由他人代替參加。
5. 申請人提供的資料，只作康文署和相關體育總會處理「學校體育推廣計劃」活動報名事宜、統計、日後聯絡及活動意見調查之用；所提供的個人資料只限獲康文署和相關體育總會授權的人員查閱。如欲更正或查詢個人資料，請聯絡康文署學校體育推廣小組的職員，查詢電話:2601 7609或2601 7648。

由賽協填寫：訓練班編號 _____ 經辦人簽名(正楷)： _____