|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 資助機構 | 主辦機構 | 協辦機構 |
| **LCSD_logo_color.jpg** | ..\..\..\..\My Documents\我的掃瞄\2008-05 (五月)\掃瞄0015.jpg |  |

**愉園體育會主辦、康樂及文化事務署資助**

**香港業餘田徑總會協辦**

**二零一八年暑期田徑訓練班**

**詳 細 資 料**

**目 標** ：本計劃將提供一連串的田徑基本技術訓練予青少年，以培養青少年對參與田徑運動的興

趣、提供有系統的訓練予年青運動員及發展和改進年青運動員的技術水平。

**資 格** ：凡年齡在十至二十歲(1998年至2008年期間出生)之青少年均可報名參加。

**日 期** ：二零一八年七月二十四日 至 八月二十三日(逢星期二、四)。

**訓練課程** ： (甲) 每週進行兩節練習。

1. 訓練項目分為兒童組(十二歲或以下參加者，提供跑、跳及擲項基礎訓練)、短跑、中長跑、跨欄、跳高、跳遠、三級跳、鉛球、鐵餅及標槍的專項訓練。
2. 將於最後一課進行測試賽。
3. 訓練出席率達80%之學員將獲發證書乙張(證書將於最後一堂派發)。
4. 表現優秀者將有機會被**挑選接受中級訓練**及**被挑選加入**由香港業餘田徑總會主辦的**「香港青少年潛質隊」**。

**訓練場地** ： 青衣運動場 ( 青衣青敬路 )。

**費 用** ： **港幣壹百貳拾元正。**

**報名辦法** ： 填妥報名表格後請連同支票及**壹個寫上地址並貼上$2郵票的回郵信封** 交往或寄回

銅鑼灣希慎道二號蟾宮大廈十七樓「愉園體育會」，支票抬頭請寫***「* 愉園體育會有限公司*」***，

切勿郵寄現金。報名只接受郵寄或親身到本會秘書處，不接受電話/電郵/傳真報名留位。

資料不全，恕不接受。不被取錄者將以郵寄方式退回支票。

**＊＊ 本會恕不接收任何郵資不足的郵件，此等郵件將由香港郵政處理。**

**＊＊ 所有項目一經報名，不得申請退款或由他人代替參加。**

***截止日期 ：* 二零一八年七月十日**

**查 詢** ： 如有疑問，請致電愉園體育會2577-0996查詢。

你所提供的資料只用於主辦機構的康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交申請表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。

|  |  |
| --- | --- |
| 地 點 | 青 衣 運 動 場 |
| 時 間 | 9：00 - 12：00 (逢星期二、四) |
| 日 期 | 24, 26, 31 / 07 /2018  2, 7, 9, 14,16, 21, 23 / 08 / 2018 |

\*如有更改，將另行通知

**惡劣天氣或特殊情況時活動的一般安排﹕**

1. 如訓練期間遇雷暴等惡劣天氣，教練可按當時情況暫停當天訓練。
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**三號或以上熱帶氣旋警告**信號，當日活動即告**取消**。

**＊所有報名資料將於活動結束後六個月內銷毀。**

**愉園體育會**

**二零一八年暑期田徑訓練班報名表**

註: 如有需要，請自行影印報名表格

中文姓名： 英文姓名： 性別：

出生日期： \_ (dd/mm/yy) 年齡： 學校名稱：

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| T 恤呎碼： | *3XS* | *2XS* | *XS* | *S* | *M* | *L* | *XL* | *2XL* | 備 註 |
| 身高 | *135-141* | *142-148* | *149-155* | *156-162* | *163-169* | *170-176* | *177-183* | *184-190* | 身高只供參考 |
| 胸圍 | 40 | 42 | 44 | 47 | 50 | 53 | 56 | 59 | 平量(用cm計算) |
| 衫長 | 54 | 57 | 60 | 63 | 66 | 69 | 72 | 75 |

住 址：

聯絡電話： 緊急聯絡電話： ( 聯絡人： )

參加訓練地點：青衣運動場

參加訓練項目 (\*請選“1”項, 以"√"代表)：

□ A 兒童組 / Junior

(十二歲以下參加者，提供跑、跳及擲項基礎訓練)

□ B 短 跑 / Sprint

□ C 跨 欄 / Hurdles

□ D 中長跑 / Middle & Long Distance

□ E 跳 高 / High Jump

□ F 跳 遠 / Long Jump

□ G 三級跳 / Triple Jump

□ H 鉛 球 / Shot Put

D

跳 高 / High Jump

H

擲鐵餅 / Discus Throw

□ I 標 槍 / Javelin

□ J 鐵 餅 / Discus

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**聲 明**

**本部份由18歲或以上的人士簽署；18歲以下人士需由家長或監護人代表簽署**

本人謹此聲明：本人或敝子弟健康及體能良好，適宜參加上述活動。如因本人或敝子弟的疏忽或健康或體能欠佳，而引至於參加這項活動時傷亡，茲聲明他/她無任何疾病令其不宜參加此活動，如他/她因疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時之傷亡，主辦機構及有關協辦機構則無須負責。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| 參加者簽署 |  | 日期 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| 家長 / 監護人姓名 |  | 家長 / 監護人簽署 |  | 日期 |

|  |  |
| --- | --- |
| 回郵地址 | 回郵地址 |
| 姓名： | 姓名： |
| 地址： | 地址： |