

Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽 初級龍舟訓練班

1. 訓練日期及時間

學校可按以下課程編號選定一個含 4 節的「初級龍舟訓練班」。

學校假期班

課程編號	上課日期	上課時間	課程編號	上課日期	上課時間
InS2016-01	2016 年 2 月 11(星期四), 12(星期五),	1400-1600	InS2016-07	2016 年 3 月 29(星期二), 30(星期三),	1400-1600
InS2016-02	16(星期二), 17(星期三)日	1600-1800	InS2016-08	31(星期四)日, 4 月 1 日(星期五)	1600-1800
InS2016-03	2016 年 3 月 25(星期五), 26(星期六),	0900-1100	InS2016-09	2016 年 3 月 25(星期五), 26(星期六),	0900-1100
InS2016-04	28(星期一)日, 4 月 4 日(星期一)	1100-1300	InS2016-10	27(星期日), 28(星期一)日	1100-1300
InS2016-05		1300-1500	InS2016-11		1300-1500
InS2016-06		1500-1700	InS2016-12		1500-1700

平日班

課程編號	上課日期	上課時間	課程編號	上課日期	上課時間
InS2016-13	2016 年 3 月 1,8,15,22 日(星期二)	1700-1900	InS2016-17	2016 年 3 月 29 日, 4 月 5,12,19 日(星期二)	1700-1900
InS2016-14	2016 年 3 月 2,9,16,23 日(星期三)	1700-1900	InS2016-18	2016 年 3 月 30 日, 4 月 6,13,20 日(星期三)	1700-1900
InS2016-15	2016 年 3 月 3,10,17,24 日(星期四)	1700-1900	InS2016-19	2016 年 3 月 31 日, 4 月 7,14,21 日(星期四)	1700-1900
InS2016-16	2016 年 3 月 4,11,18,25 日(星期五)	1700-1900	InS2016-20	2016 年 4 月 1,8,15,22 日(星期五)	1700-1900

週末班

課程編號	上課日期	上課時間	課程編號	上課日期	上課時間
InS2016-21	2016 年 3 月 6,13,20,27 日(星期日)	0900-1100	InS2016-29	2016 年,3 月 12,19 日(星期六)	0900-1100
InS2016-22		1100-1300	InS2016-30	2016 年 3 月 20,27 日(星期日)	1100-1300
InS2016-23		1300-1500	InS2016-31		1300-1500
InS2016-24		1500-1700	InS2016-32		1700-1900
InS2016-25	2016 年,3 月 5,12,19,26 日(星期六)	0900-1100	InS2016-33	2016 年 3 月 26 日(星期六)	0900-1100
InS2016-26		1100-1300	InS2016-34	2016 年 3 月 27 日(星期日)	1100-1300
InS2016-27		1300-1500	InS2016-35	2016 年 4 月 2 日(星期六)	1300-1500
InS2016-28		1500-1700	InS2016-36	2016 年 4 月 3 日(星期日)	1500-1700

2. 教練及舵手

由中國香港龍舟總會提供

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



3. 訓練班人數

每節參加者人數最少 10 名，最多 20 名。

4. 訓練地點

新界沙田石門安景街 51E 中國香港龍舟總會石門訓練中心 (石門地鐵站 C 出口)

5. 參加資格

- 全日制中學學生；及
- 代表其中學參加者必須是本屆中學生；及
- 參加者必須能夠穿著輕便衣服游泳 50 米；及
- 報名參加於 2016 年 4 月 24 日舉辦的「Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽」任何的一項龍舟比賽。費用全免。

6. 費用

- 費用全免。以先到先得方式安排，首 30 間報名參加此訓練班之學校，每校最多可獲安排一個含 4 節的「初級龍舟訓練班」課程。
- 報名參加此訓練班時，每校必須同時遞交 HK\$500 支票作為按金。學校隊伍完成參加「Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽」任何一項龍舟比賽，按金支票將於比賽結束後一星期內發還。否則按金將被沒收。

7. 報名方法

請於開課日前兩星期或之前，將填妥之報名表(請參閱「附件 1」)及 HK\$500 劃線支票抬頭寫上「中國香港龍舟總會」，遞交至香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓 1032 室。逾期申請，恕不接受。

8. 服飾

參加者必須穿著適合的衣服及包跟包趾鞋

9. 惡劣天氣之特別安排

- 如訓練前兩小時，三號風球或以上、紅色或黑色暴雨警告等訊號仍生效，所有訓練將會取消。
- 如遇雷暴警告、強烈季候風訊號、一號風球或黃色暴雨警告訊號生效，參加者仍需依時報到。訓練進行與否，均以中國香港龍舟總會作最終決定及安排，所有參加者必須遵從有關安排。
- 基於安全理由，在訓練中途遇到任何情況或惡劣天氣，中國香港龍舟總會有權取消或延遲任何訓練。

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



10. 備註

- a) 校方必須在每次訓練時，安排一名老師或年滿 18 歲的工作人員帶備所有參加者的緊急聯絡資料到訓練中心當值，以備突發事情。
- b) 所有參加者每次訓練都必須出示有效學生證或手冊之正本供本會職員或教練查核。
- c) 中國香港龍舟總會每節最多安排兩班免費課程，以先到先得形式安排有關申請。
- d) 學生出席率達 100% 者可申領「初級龍舟訓練證書」，每張證書收費為 HK\$40。
- e) 除因惡劣天氣及場地維修外，預訂的訓練日期及時間一經確定後，絕不能更改。
- f) 若學校沒有參加「Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽」當日任何一項龍舟比賽，按金將被沒收。
- g) 若學校有超過 20 名學生參加次是龍舟訓練或希望增加訓練節數，請向本會查詢以優惠價另行申請參加「學校龍舟訓練計劃」。
- h) **若超額申請或學校未能配合上述訓練日期及時間，可向本會申請參加「學校龍舟訓練計劃」自行安排時間。**

11. 查詢

中國香港龍舟總會

電話： (852) 2504 8332

電郵： hkdba@hkolympic.org

傳真： (852) 2577 1873

網址： www.hkcdba.org

****如對本訓練班詳情有任何爭議，中國香港龍舟總會將保留最終決定權。****

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



附件 1

Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽 初級龍舟訓練班申請表 (一)

學校名稱 _____

地址 _____

聯絡人姓名 _____ 職銜 _____

聯絡人電話 _____ 電郵 _____

活動日負責老師 _____ 手提電話 _____

如遇突發事件或意外，緊急聯絡人及電話是 _____

擬報課程

首選： 課程編號：InS2016—_____ 課程時間：_____

次選： 課程編號：InS2016—_____ 課程時間：_____

注意： 除因惡劣天氣及場地維修外，預訂的訓練日期及時間一經確定後，絕不接受更改。

秘書處專用

確定課程編號	收表日期
上課日期及時間 第一節： _____ 第二節： _____ 第三節： _____ 第四節： _____	與學校確定課程日期： _____ 支票號碼： _____ 職員簽署：
教練	舵手

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽 初級龍舟訓練班申請表 (二)

附件 1

參與學生資料

	學生姓名 (中文)	學生姓名 (英文)	身份證號碼	就讀 年級	年 齡	緊急聯絡人 姓名	電話
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

所有年齡未滿 18 歲之參加者已獲其家長 / 監護人同意參加上述訓練和比賽。(有關樣本請參閱附件 2)

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



附件 1

Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽 初級龍舟訓練班申請表 (三)

責任聲明

- (1) 本校證明所有參加者均體格健全，適合參與龍舟訓練，並能穿著輕便衣服游泳 50 米，是次訓練之一切後果概由參加者本身負責。我等同意遵守主辦機構所訂一切規則。本校謹此聲明，如因前往或離開訓練場地或由訓練而引致傷亡或財物損失，中國香港龍舟總會或任何與訓練有直接或間接關係之人士或機構，均無須負上任何責任。本校明白並願意承擔在任何龍舟訓練期間所有意外風險及責任。中國香港龍舟總會已在石門訓練中心購買「公眾責任保險」及「個人身故保險」。公眾責任保險保額為二千萬元，個人身故保險保額為二十萬元。如認為不足，本校將按需要自行額外投保。
- (2) 本校謹此證明，本校已獲得各年齡少於 18 歲的參加者之家長或監護人批准，同意參加者參與以上所申請參加之項目。
- (3) 本校已安排一名老師或 18 歲以上工作人員每天到訓練中心當值，並帶備所有參加者的緊急聯絡資料，以備突發事情。本校將全權負責照顧所有參加者，並確保其安全。
- (4) 本校同意報名表內提供之聯絡資料可供主辦機構中國香港龍舟總會作有關訓練之安排、報名、統計、日後聯絡、宣傳中國香港龍舟總會活動及處理退款時作核實身份之用。
- (5) 本校並同意接受以上段落所列條款。

校方代表姓名 _____ 校方代表簽署 _____

職銜 _____ 日期 _____

學校蓋章

請檢查是否已準備有關文件

1. 申請表格 (一)、(二)、(三)
2. 按金HK\$500支票。

抬頭請寫上：「中國香港龍舟總會」或「**HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION**」。期票恕不接受。

請於開課不少於兩星期及2015年3月16日前遞交至：香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓1032室。中國香港龍舟總會 收

冠名贊助商



主辦機構



資助機構



支持機構



附件 2

Young Post 第七屆學界龍舟錦標賽

家長同意書 [樣本]

(十八歲以下參加者必須填寫)

本人已詳細閱讀及明白參加 _____ (活動名稱) 的章程 / 訓練內容，並願意在參與使用龍舟設施及器材期間遵守中國香港龍舟總會有關規則及接受場地職員之一切安排。

本人現聲明同意敝子弟 _____ (參加者姓名) 代表 _____ (學校名稱) 參加 _____ (活動日期) 舉行的 _____ (活動名稱)。並聲明敝子弟能夠穿輕便衣服游泳最少 50 米及身體並無任何疾病，適合參加龍舟訓練。如因敝子弟的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加比賽或活動時傷亡，或在前赴或離開訓練及比賽場地時傷亡或財物損失，一切責任由本人承擔，中國香港龍舟總會無須負上任何責任。本人及敝子弟明白並願意承擔在比賽或活動期間所有意外風險及責任，如有需要，本人會為敝子弟自行購買所需保險。

本人及敝子弟亦同意授權予中國香港龍舟總會使用上述提供之所有個人資料作處理比賽和訓練之用。

以下簽名證明本人閱讀，符合及同意所有印在此表格上的條件及聲明。

家長簽署:

家長聯絡電話:

家長姓名:

簽署日期: