



資助機構  
康樂及文化事務署

# 2017 公民暑期青少年田徑訓練班



主辦機構  
公民體育會

## 訓練班章程及學員需知

- 參加資格：凡出生年份於 1998-2011 (6 - 19 歲) 愛好田徑運動，願意於訓練班期間遵從教練之指導及身體狀況適宜進行運動訓練者，均可參加。
- 訓練日期：2017 年 7 月 25,29 日 及 8 月 01,05,08,12,15,19,22,26 日 (逢星期二、六)
- 訓練時間：09:00-11:00
- 訓練地點：深水埗運動場 (鄰近荔枝角港鐵站 A 出口)
- 查詢及報名：電郵 [tcaacourse@gmail.com](mailto:tcaacourse@gmail.com)
- 報名手續：申請人必須以電腦填妥報名表格(MS-Excel) 並連同報名及制服費用(HK\$140.00)之銀行入數紙以電郵寄至 [tcaacourse@gmail.com](mailto:tcaacourse@gmail.com) 辦理。收到有關申請後，本會將於 3-5 個工作天內以電郵回郵確認。報名表格需於本會網頁 <http://www.tcaa.com.hk> 下載。
- 報名日期：**即日起至額滿即止**
- 訓練項目：少年組 訓練將涵蓋短跑、跳高、跳遠及擲壘球。  
青年組 可選擇以下一個項目訓練：跨欄、短跑、中長跑、跳高、跳遠、持杆跳、標槍、鐵餅、鉛球。
- 獎勵：訓練期滿後、各項目之成績優異者均可獲入選為本會田徑隊以接受高階訓練並推薦參加公開及分齡田徑賽。
- 證書：訓練達八成出席率之參加者可獲頒發證書乙張。
- 惡劣天氣安排：如於訓練班開始前之 1 小時，天文臺正在懸掛或預計訓練班時段內將懸掛號颱風訊號或任何暴雨警告，該日之訓練班即告取消，學員無需到場參加訓練，亦不作缺席計算，而課節將不獲補課或退款。有關即日因天氣之特別安排，將透過 LINE 群組 (只作消息公佈，不作即時回答提問) 及 FACEBOOK 本會公佈。
- 責任聲名：未滿十八歲之學員必須經由家長 / 監護人簽署同意有關以下之責任聲名。學員及其父母 / 監護人已清楚明白以上細則。學員及其父母 / 監護人均確認參加訓練班之學員的身體狀況適宜進行劇烈運動訓練，並且同意於訓練期間，學員倘有受傷、疾病、財物損失，概與主辦、資助及協辦機構無關，並同意不會作出任何形式之追究或賠償。
- 背心尺碼：



身高	100cm 以下	110-120cm	130-150cm	160-180cm	185cm 以上
尺碼	<b>XS</b>	<b>S</b>	<b>M</b>	<b>L</b>	<b>XL</b>