



資助機構  
康樂及文化事務署

# 2023 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 2004-2017 (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：2023 年 7 月 25,27 日 及 8 月 1,3,8,10,15,17,22,24 日 (星期二、四)
- 訓練時間：少年組 09:00-10:30 青年組 10:30-12:00
- 訓練地點：青衣運動場
- 查詢及報名：電郵 tcaacourse@gmail.com
- 報名手續：報名可經由網上個人報名表格 或 團體 Excel 報名表格提交。  
提交報名之同時須上載 費用 HK\$350.00 (包括制服) 之銀行入數收據辦理。  
費用請以轉數快或入帳到 TCAA Ltd 恒生銀行 390-489276-883; (不接受支票存款)  
報名表格一經遞交或完成入帳，將不作任何退款處理。
- 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：訓練達九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 3 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 Whatsapp 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。學員及其父母 / 監護人明白活動中照片、錄像、錄音或供主辦、協辦及贊助機構用作相關宣傳用途。
- 其他安排：家長及照顧者只可於場外或看台上等候及接送(不可進入跑道範圍)，敬請留意。

14. 背心尺碼：

身高	110cm 以下	110-120cm	130-140cm	150-160cm	170-185cm	185cm 以上
尺碼	XXS	XS	S	M	L	XL



<http://www.tcaa.com.hk>