

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

學校體育推廣計劃

RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃

2023/2024 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	(a)參加者必須能夠穿著衣服游畢 50 米；及 (b)經中國香港賽艇協會(賽協)教練推薦，證明技術達三星程度或以上的水平後，以個人名義參加。
活動對象	小學四至六年級學生
課程內容簡介	(a)賽艇伸展及熱身運動：學員將學習及完全掌握賽艇專用伸展及熱身運動。 (b)室內賽艇機應用：讓學員以室內賽艇機改進賽艇技術，亦會參與室內賽艇的分齡比賽。 (c)水上賽艇技術：學員學習使用進階的器材(比賽專用艇)，改良以至完全掌握賽艇基本技術，亦會參與水上賽艇的分齡比賽。 (d)小組團體活動：學習過程以小組形式進行。 (e)課程完結前，教練會為學員進行技術測試，通過測試的學員將有機會獲總會選拔接受進一步培訓。
訓練場地	賽馬會沙田賽艇中心或賽馬會石門賽艇中心
費用	每位 680 元
活動時數	每課程 32 小時 (可按活動安排而分為 16 節， 每節 2 小時， 建議學生於連續兩個月內完成)
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 4 時至 6 時 或 星期六、日 上午 9 時至下午 6 時
	訓練時段將由賽協安排

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：  <a href="http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/download_info/download.html#8">http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/download_info/download.html#8</a></p> <p>中國香港賽艇協會網頁：  <a href="http://www.rowing.org.hk/hk/youth-development-programme/">http://www.rowing.org.hk/hk/youth-development-programme/</a></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)水上賽艇訓練課程將在賽協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，請先向賽協職員聯絡(電話: 2696 2337 或 3841 7351)。</p> <p>(c)學生在提交申請時，須就每份申請連同教練推薦書(報名表下半部分)及夾附一張相關款額的支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」)，在活動開始前一個半月寄回沙田源禾路27號，賽馬會沙田賽艇中心中國香港賽艇協會辦事處收。信封面請註明「RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃」。</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>(1)活動舉行前兩小時，香港天文台發出強烈季候風、雷暴警告、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>(2)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>(f)所有取消之課堂均不設退款。如場地許可，賽協將盡量安排補課。</p>
備註	<p>學員應穿上運動服和運動鞋參加訓練課程。</p>
查詢電話	<p>2601 7609 或 2601 7648 (康樂及文化事務署)</p> <p>2696 2337 或 3841 7351 (中國香港賽艇協會)</p>

## 學校體育推廣計劃

康文署專用

### RowKids 賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃

#### 報名表格

(填妥此報名表後，請連同(1)教練推薦書(本函下半部分)及(2)報名費用之劃線支票於活動開班前1個半月交回中國香港賽艇協會辦事處)

#### 申請人資料

姓名(中文)： \_\_\_\_\_ 性別： \* 男 / 女

出生年份： \_\_\_\_\_ 報名費用： \$ \_\_\_\_\_ 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： \_\_\_\_\_

\* 請刪去不適用者

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 (須由申請人家長或監護人填寫)

本人謹此聲明，上述資料全部屬實，本人同意 \_\_\_\_\_ (申請人姓名) 參加上述活動，而申請人亦並無患有任何足以使其不適宜參加上述活動的疾病；且能夠穿着衣服游畢 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。)

## **教練推薦**

茲證明上述學員經技術測試後，評定具備賽艇\_\_\_\_\_星程度及發展潛能，故推薦此學員參加RowKids賽艇計劃 - 聯校水上賽艇訓練計劃。

教練簽署： \_\_\_\_\_ 教練姓名： \_\_\_\_\_  
聯絡電話： \_\_\_\_\_ 日期： \_\_\_\_\_

---

### **注意事項：**

1. 若學員得到教練的推薦並證實技術符合要求，可連同報名表及繳交報名費用的支票(抬頭書「中國香港賽艇協會」，背面寫上參加者姓名)寄回沙田源禾路27號，賽馬會沙田賽艇中心中國香港賽艇協會辦事處收。信封面請註明「RowKids賽艇計劃—聯校水上賽艇訓練計劃」。如申請不被接納，賽協將退回支票予申請人。
2. 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。
3. 申請人所提供的資料，只作主辦機構與康樂及文化事務署(康文署)舉行的康體活動報名事宜、日後聯絡、統計及意見調查之用，而有關個人資料只限獲主辦機構及康文署授權的人員查閱。遞交申請表後，如欲更正或查詢已遞交的個人資料，請致電2601 7609或2601 7648與康文署職員聯絡。

由賽協填寫：訓練班編號 \_\_\_\_\_ 經辦人簽名(正楷)： \_\_\_\_\_