



中國香港手球總會主辦



康樂及文化事務署資助

幼苗手球培訓計劃 2011 - 2012

宗旨：此計劃在本會的整體青訓發展架構內，屬高層次的培訓項目。我們透過有系統及持續性的手球訓練，發掘精英球員參與高級組別的訓練；學員更有機會被挑選為本會之青少年訓練隊，作為港隊的後備力量。

內容：本計劃共分兩階段進行，每一階段為期三個月(6-8月)，每星期進行兩至三課三小時的訓練，成績優異者將被挑選進入第二階段之集訓(8-12月)。透過本計劃之訓練，學員更能進一步改善、提升手球技術及加強體能質素。訓練期間教練亦會加強學員之間的團隊合作精神。於第一階段完結後，所有參加者安排在幼苗競技日進行全面的評估及比試，需進行一個全面的評估測試，內容除了體能及技術測試外，合作精神及服從性亦作評分標準。在訓練中表現優秀者，將獲得代表香港參與海外比賽。包括：台灣(2011年8月)。此外，於第二階段完結後(約十二月)，本會將舉辦一個為期二天的訓練營，屆時將安排比賽，競逐冠，亞，季軍。

各班參加資格：

歡迎各合乎以下年齡組別及對手球有基本認識之男、女青少年參加

男女子組：12歲或以下(即1998年1月1日或以後出生)

男女子組：10歲或以下(即2000年1月1日或以後出生)

教練：由中國香港手球總會安排資深之註冊教練擔任教練及技術總監，初步名單將會在6月中於本會網頁發佈。

訓練週期：第一階段為六月底至八月中，平均每星期三課(共20課)。

第二階段為二零一一年九月至十二月，平均每星期兩課(共20課)。

訓練地點：

- 1) 彩虹道公園及將軍澳寶翠公園或同區手球場；
- 2) 石排街公園及興芳路手球場或同區手球場；
- 3) 新墟遊樂場或同區手球場；
- 4) 元朗公園或同區手球場

訓練時間表：請參閱附件。

幼苗競技日：

地點：將軍澳體育館

日期：2011年8月25日

時間：1300 - 1600

獎勵：就各幼苗訓練項目設個人及團體獎項，以作鼓勵。



中國香港手球總會主辦



康樂及文化事務署資助

幼苗手球培訓計劃 2011 - 2012

名額：第一階段(20 課節)每班 40 人；第二階段(20 課節)每班 30 人。

訓練費用：每一階段為港幣 200 元正，第二階段(20 課節訓練)為港幣 200 元正，合共 400 元正

報名辦法：填妥報名表格及報名費(支票抬頭：中國香港手球總會有限公司)連同兩個貼上一元四角郵票並填妥地址之回郵信封，寄回：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 2007 室，中國香港手球總會收。資料不全，恕不受理。

截止報名日期及時間：2011 年 6 月 22 日，下午 5 時正

查詢及索取報名表格：

地址：香港銅鑼灣掃桿埔大場場徑一號奧運大樓 2007 室

電話：2504-8119 傳真：2577-5570 電郵：info@handball.org.hk

- 備註：
1. 各入選者須填交一份報名表格及報名費；
 2. 如發現申請者資格不符合該班的要求、資料不全或逾期遞交表格者，主辦機構將取消該份申請；
 3. 參加者所提供的資料及身份證明文件號碼，只作報名、統計、日後聯絡及作日後退款等用途。所有個人資料，除獲主辦機構授權職員外，將不會提供予其他人士。
 4. 主辦機構有權要求該參加者出示有關證明件之正本或其他相關資料，以作核實。
 5. 部份的上課時間將於稍後通知。上課時間表及地點將因應課程編排、場館維修或其他原因影響而作出適當的安排；
 6. 主辦機構保留修改章程的權利，參加者不得異議。
 7. 由於青年代表隊乃中國香港手球總會轄下隊伍，主辦機構保留入選名單的最後決定權。



中國香港手球總會主辦



康樂及文化事務署資助

幼苗手球培訓計劃 2011 - 2012

~ 個人報名表 ~

[截止報名日期及時間：2011年6月22日，下午5時正]

擬參加課程之名稱及班別： _____
(有關課程資料，請參閱課程時間表；參加者只可填寫一項課程)

姓名：(中文) _____ (英文) _____

身高： _____ 體重： _____ 就讀學校/住址地區： _____

年齡： _____ 性別： _____ 身份証號碼： _____ ()

聯絡電話：(日) _____ (夜) _____ 電郵： _____

聯絡地址： _____

學校名稱： _____

責任聲明：本人 _____ 身體健康狀況良好，適宜參加上述訓練課程，如在訓練期間發生意外而導致任何事故，本人願承擔全部責任，主辦機構並不須要負上任何法律責任。此外，本人亦明白必須遵守上述訓練課程的一切規則及教練之安排。

申請日期： _____ 參加者簽名： _____

※ 註：未滿十八歲之參加者必須由家長簽署同意參加有關課程

家長/監護人姓名： _____ 家長/監護人簽名： _____

與參加者之關係： _____ 日期： _____

➤ 各學員如有需要，請自行購買個人意外保險，以作保障。

回郵地址 (請填寫清楚)

姓名： _____ 姓名： _____

地址： _____ 地址： _____

主辦機構專用

閣下之報名申請已被接納，請準時出席向教練報到。(課程編號： _____)

閣下之報名申請未被接納，現退回寄來之報名表及支票。請留意本會消息，歡迎日後再次報名參加有關課程。