



中國香港體操總會 主辦

康樂及文化事務署 資助

## 2017年彈網中級裁判班(2017-2020週期) 暨國際裁判先導研習班

1. 內 容： 主要教授彈網比賽組織、最新比賽規則、評分方法。
2. 上課地點： 奧運大樓會議室 / 順利邨體育館
3. 日 期： 30/09/2017 至 09/10/2017 (時間請參閱附頁)
4. 講 師： 馮世富博士 (國際彈網第三級裁判、彈網技術委員會副召集人)
5. 費 用： 會員 HK\$ 800 / 非會員 HK\$ 1000
6. 授課語言： 粵 語 (輔以英語)
7. 考 試： 英 語 (理論：選擇題作答)
8. 報名資格： 持有本會初級裁判證書；  
或經本會技術委員會推薦，並獲執委會確認
9. 報名方法：
  - (i) 網上報名：<https://goo.gl/forms/FM7E02nSmDcqlSeq2> 並寄支票到總會
  - (ii) 填妥報名表後，連同劃線支票，抬頭書「中國香港體操總會」一併寄回香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓1002室 (期票恕不接受)
  - (iii) 申請人如同時申請成為會員，可即時享用會員價報讀此課程。會員申請表可於本會網站「下載專區」內下載。申請人請填妥「個人會員申請表」、會費\$70及相片兩張連同本課程申請表一同遞交。請以獨立支票支付會員費。
10. 報名日期： 即日起至2017年9月28日
11. 查 詢： (電話) 2504 8233 (傳真) 2882 8590  
(電郵) [mail@gahk.org.hk](mailto:mail@gahk.org.hk) (網址) [www.gahk.org.hk](http://www.gahk.org.hk)
12. 備 註：
  - (1) 體操運動存在一定風險。為提供保障，本會已為是次訓練之學員購買保險，參加者亦可按個人需要，自行額外購買的保險；
  - (2) 一經取錄，所有費用概不發還；
  - (3) 學員出席率達80% (不包括考試日，即21小時或以上) 方可參加考試；
  - (4) 每節遲到或早退30分鐘當缺席論；
  - (5) 學員考試合格，並在限期內完成兩次實習，可獲本會發出初級裁判證書；
  - (6) 獲取錄者，將於開班前接獲電郵通知；
  - (7) 本會保留此章程的最終解釋權。



中國香港體操總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

**2017 年彈網中級裁判班(2017-2020 週期)  
暨國際裁判先導研習班  
課程時間表**

日期	時間	地點	課程內容
30-09-2017 (星期六)	14:30 至 19:30 (5 小時)	奧運大樓會議室	登記、理論 (1)、評分練習
01-10-2017 (星期日)	09:00 至 13:00 (4 小時)	奧運大樓會議室	理論 (2)、評分練習
01-10-2017 (星期日)	14:00 至 19:00 (5 小時)	奧運大樓會議室	理論 (3)、評分練習
02-10-2017 (星期一)	18:30 至 22:30 (4 小時)	奧運大樓會議室	理論 (4)、評分練習
03-10-2017 (星期二)	18:30 至 22:30 (4 小時)	順利邨體育館	評分練習
06-10-2017 (星期五)	18:30 至 22:30 (4 小時)	順利邨體育館	評分練習
09-10-2017 (星期一)	18:30 至 22:30 (4 小時)	順利邨體育館	評分練習 筆試 評分試
理論+考試: 共 30 小時			

備註：課程內容如有更改，不另通告。



相片

# 2017年彈網中級裁判班(2017-2020週期) 暨國際裁判先導研習班

## 報名表格

會員：編號 \_\_\_\_\_  已於報名時同時申請  非會員  延續證書

姓名：(中文)	(英文)
性別： 男 / 女	年齡： 電話：
電郵：	職業：
服務機構／就讀學校：	
地址：(中)	
地址：(英)	

### 體操經驗及資歷 ((請以 表示))

- 現任或前任國際彈網裁判(年份: \_\_\_\_\_ 至 \_\_\_\_\_ )  彈網教練
- 現任或前任本地彈網裁判(年份: \_\_\_\_\_ 至 \_\_\_\_\_ )
- 現任或前任港隊彈網運動員(年份: \_\_\_\_\_ 至 \_\_\_\_\_ )  其他 \_\_\_\_\_

備註：你所提供的資料只用於本會與合辦機構的康體活動報名事宜、日後聯絡及活動意見調查之用。在遞交表格後，如欲更改或查詢個人資料，請與本會職員聯絡。

### 健康聲明

#### 申請人聲明 <\*如申請人未滿十八歲，請由家長或監護人填寫>

- 謹證明本人／敝子女是自願參加比賽或訓練課程，並願意自行承擔所有責任。敝子女亦謹遵守貴會之一切規則、決定，包括藥物檢查條例。本人／敝子女、本人／敝子女之繼承人、本人／敝子女之遺囑執行人及本人／敝子女之管理人謹此豁免中國香港體操總會、所有贊助商、支持是項活動之團體及任何有關之團體對於本人／敝子女因參加是項比賽或課程而由任何原因，包括疏忽，所引致之疾病、死亡、個人損失之任何法律責任，以及放棄任何有關之權利、索償及追究行動。本人／敝子女亦同時聲明本人／敝子女身體狀況良好及具備足夠之體能及技術完成賽事或訓練課程。本人／敝子女願意授權大會及傳媒在無須本人／敝子女審查而可以使用本人／敝子女的肖像、姓名、聲線及個人資料作為活動籌辦及推廣之用。
- 本人／敝子女明白在此報名表上提供之資料均屬正確及完備，如有任何虛假及誤導性資料，本人／敝子女的申請將被取消。如已接納，均屬無效。
- 本人／敝子女已細閱及明瞭[附件一]之體能及健康須知，並同時聲明本人／敝子女身體狀況良好及具備足夠之體能及技術完成賽事或訓練課程。

\*家長姓名： \_\_\_\_\_ 申請人簽署： \_\_\_\_\_  
\*家長簽署： \_\_\_\_\_ 日期： \_\_\_\_\_

The Gymnastics Association  
of Hong Kong, China

中國香港體操總會

Room 1002, Olympic House, 1 Stadium Path,  
So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong  
香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓1002室  
Tel: (852) 2504 8233 Fax: (852) 2882 8590  
Web-site : www.gahk.org.hk  
E-mail: mail@gahk.org.hk



Affiliated to:

The Sports Federation &  
Olympic Committee Hong Kong, China

Federation Internationale de Gymnastique

Asian Gymnastic Union

Pacific Alliance of National Gymnastic Federations

(Limited by Guarantee)

### 參加者健康及體能須知

附件一

- 1 參加者/參加者之監護人應確定參加者於進行相關課程/比賽/活動時：
  - 未曾有醫生說過參加者的心臟有問題，以及只可進行醫生建議的體能活動
  - 參加者未曾於進行體能活動時會感到胸口痛
  - 過去一個月內，參加者未曾在沒有進行體能活動時也感到胸口痛
  - 參加者未曾因感到暈眩而失去平衡，或曾否失去知覺
  - 參加者的骨骼或關節(例如脊骨、膝蓋或腕關節)沒有毛病，且不會因改變體能活動而惡化
  - 醫生現時沒有處方血壓或心臟藥物（例如 water pills）給參加者服用
  - 沒有其他理由令參加者不應進行有關活動
  
- 2 本會建議各參加者評估自己的體能，以便參加者擬定最佳的運動計劃，同時亦需定期量度血壓，並先徵詢醫生的意見才參加此活動。
  
- 3 如參加者因傷風或發燒等暫時性疾病而感到不適，請在康復後才參加此活動。
  
- 4 如參加者懷孕或可能懷孕，請先徵詢醫生的意見才參加此活動。
  
- 5 開始參加此活動時應慢慢進行，量力而為，然後逐漸增加運動量，這是最安全和最容易的方法。
  
- 6 如參加者有以上各項健康狀況的轉變，便應告知醫生或活動教練，評估應否繼續參加此活動。
  
- 7 如參加者有任何可能影響其安全的疾病或其他身體狀況，必須以書面通知本會。
  
- 8 如有需要，本會有權要求參加者提供有關的醫生證明文件，以作參考。
  
- 9 如有疑問，請先徵詢醫生的意見才參加此活動。