



中國香港體操總會 健美體操精英隊 - 甄選日 章程



目的： 主要為選拔具潛質的運動員，提供持續及有系統的健美體操訓練機會，藉以提高學員的技術水平，日後代表香港參加國際性比賽

對象： 歡迎 6 歲至 25 歲，對健美體操有濃厚興趣及能接受嚴格訓練之男女參加

甄選日期及時間： 2011 年 5 月 7 日 (星期六) 下午 3 時 30 分至下午 5 時 30 分 (下午 3 時 15 分報到)

甄選地點： 大埔浸信會公立學校- 活動室 (地址: 大埔廣福邨)

甄選名額： 40 名 (曾參加學界健美體操比賽，或健美體操章別訓練計劃者，可獲優先考慮)

甄選內容：

1. 音樂感及表現力 - 大會即場播放音樂，參加者須跟隨著音樂的節奏跳舞或做體操，盡量發揮自己的表現力，限時 2 分鐘
2. 身體素質 - 測試項目包括：橫一字馬、直一字馬、俯臥撐、團身跳、分腿支撐、垂直劈腿
3. 外貌及氣質 - 身體形態指標測試

甄選須知：

1. 申請人須帶齊下列文件於指定時間向工作人員報到：
 - a. 身份證明文件正本(如身份証、學生証)
 - b. 由本會簽發的<健美體操銅章>或以上，或其他體操項目的等級証書(如適用)
2. 請在下午 3 時 15 分到場準備，運動員須穿上體操衣 (或貼身運動服裝) 和運動鞋
3. 本甄選日不會接受即場報名

甄選費用： 每人\$40 (包括保險費)，已繳費用，一概不發還。

參加辦法： 申請人須妥報名表，及甄選費用劃線支票 (抬頭：中國香港體操總會)，連同本會簽發的<健美體操章別証書> 或其他體操項目的等級証書副本，寄「香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1002 室—中國香港體操總會」收，信封面請註明<健美體操精英隊甄選日>

截止日期： 2011 年 5 月 2 日

入選公佈： 在甄選日表現較佳者，一星期後將有專函通知邀請加入<精英隊訓練>。入選名單另於一星期內在本會網頁<最新消息>公佈 (<http://www.gahk.org.hk>)。沒有收到通知者，則視為落選。本會將不另行通知。

訓練安排： 每星期三節，每節 2-3 小時 (逢星期一、三及六)

備註： 體操運動存在一定風險，為提供保障，本會政策規定各參加者必須購買個人意外保險。參加者亦可按個人需要自行額外投保。

查詢電話： 2504 8233

電郵： mail@gahk.org.hk

傳真： 2882 8590



中國香港體操總會

健美體操精英隊 - 甄選日



報名表格

姓名：(中文) _____ (英文) _____

性別： 男 / 女 出生日期： _____ 年 _____ 月 _____ 日

年齡： _____

聯絡電話：(日間) _____ (手提) _____

電郵： _____ 職業： _____

*參加者如是學生，請列明學校名稱及年級

地址：(中文) _____

(英文) _____

曾否入選本會其他體操精英班： _____ (如有，請列明項目)

現役 / 已於 _____ 退役

體操經驗及資歷 (請列明學校名稱、社團、年份、性質) 如不敷應用，請另紙填寫。

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

(未滿 18 歲的申請人須由家長或監護人填寫)

- 本人聲明： _____ (申請人姓名) 的健康及體能良好，適合參加上述活動。如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構概不負責。如果申請人在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送申請人到醫院接受治療。貴會或教練無須就申請人的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。
- 申請人／監護人已細閱及明白章程上之報名須知，並願意遵守。
- 申請人／監護人確認報名表上提供之資料正確無誤及完整。
如有任何虛假或誤導性資料，申請將被取消，並不獲退款。

家長/監護人姓名： _____

家長/監護人簽署： _____

申請人簽署： _____

日期： _____