



## 2018 年體操運動急救工作坊

1. 目的：為各教練提供即時急救處理方法，穩定傷者，促進復元。
2. 上課日期、時間及地點：

日期	時間	地點	對象
12/9/2018 (星期三)	7:00 p.m. – 9:30 p.m.	香港體育學院 MBL2B	各項香港隊 體操教練、運動員

3. 費用：會員 HK\$80、非會員 HK\$180
4. 導師：香港聖約翰救護機構之急救導師
5. 人數：15 - 20 人
6. 授課語言：廣東話
7. 報名資格：
  - 持有本會註冊教練將獲優先取錄；或
  - 獲技術委員會推薦經執委會確認；
8. 報名方法：
  - (i) 網上報名：<https://goo.gl/forms/LFbaFcmrPIISugyw2> 及寄回支票；或
  - (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\$80 及相片一張連同本課程申請表一同遞交。請以獨立支票支付會員費。
9. 報名日期：即日起至 2018 年 9 月 5 日 (以送抵本辦公室為準)
10. 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)
11. 備註：
  - (1) 一經取錄，所繳費用概不發還；
  - (2) 如發現虛報資料，本會有權取消參加資格，已繳費用概不發還；
  - (3) 獲取錄者，將於開班前接獲通知；
  - (4) 學員須準時出席，並完成課堂練習，方可獲發出席證書 (只適用於申請本會續領註冊教練)；
  - (5) 本會保留此章程的最終解釋權。



# 2018 年體操運動急救工作坊

## 報名表格

會員/註冊教練：編號 \_\_\_\_\_  已於報名時同時申請  非會員

請以 (✓) 表示。

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： \_\_\_\_\_

\*必須填寫

\*參加者如是學生，請列明學校名稱及年級

地址：(中文) \_\_\_\_\_

(英文) \_\_\_\_\_

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

申請人聲明 <\*如申請人未滿十八歲，請由家長或監護人填寫>

1. 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。
2. 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。
3. 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。

申請人姓名： \_\_\_\_\_ 申請人簽署： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

## 中國香港體操總會

### 參加者健康及體能須知

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。