



2022 年度壹日急救重溫課程

1. 目的：為各教練重溫急救處理方法，包括心肺復甦法及基本急救知識，以延續其急救資歷。
2. 上課日期、時間及地點：

日期	時間	地點	備註
2022 年 11 月 23 日 (星期三)	上午 9 時至下午 5 時 30 分	香港銅鑼灣 大球場徑一號 奧運大樓會議室	上課
2022 年 12 月 7 日 (星期三)	上午 9 時 30 分至下午 12 時 30 分		考試

3. 費用：**會員 HK\$350 / 非會員 HK\$450**：包括考試費（*如未能於上述考試日期應考，須自行向香港聖約翰救護機構報名公開考試，並自付補考費用）、器材維修費、包紮及心肺復甦法實習光碟一隻及考試合格者可獲發聖約翰救護機構的急救證書乙張（有效期三年）
教材費用（如需要）：急救課程手冊\$80 / 繃帶包\$38
4. 導師：香港聖約翰救護機構之講師
5. 名額：24 人
6. 授課語言：廣東話
7. 報名資格：
 - 須持有香港聖約翰救傷會急救證書，且有效期將於半年內到期或逾期不超過半年（報名時需提交證書副本以作核實）；
 - 持有本會教練、裁判證書之人士及香港隊/精英隊運動員優先取錄；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://forms.gle/TgYPiMJbshkSTdKG9> 及寄回支票；或
 - (ii) 填妥報名表後，連同劃線支票及證書副本，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 2022 年 11 月 11 日
10. 查詢：
 - （電話）2504 8233 （傳真）2882 8590
 - （電郵）mail@gahk.org.hk （網址）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) 必須準時出席全日課堂，不得遲到或早退；
 - (5) 在進入上課/考試場地前，需掃描「安心出行」二維碼，請確保符合本地「疫苗通行證」要求；
 - (6) 如考試不合格者，需自費重考。
 - (7) 本會保留此章程的最終解釋權。



2022 年度壹日急救重溫課程

報名表格

會員：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) _____

持有之急救證書到期日 (證書副本請與支票一併寄回)： _____

需購買之教材數量 (請以獨立支票支付教材費用)：急救課程手冊\$80： ___ / 繃帶包\$38： ___

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。

*家長姓名： _____ 申請人簽署： _____

*家長簽署： _____ 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。