



香港足毬總會有限公司 主辦



康樂及文化事務署 資助

2019-2020 足毬訓練班 (初級班及改良班)

【章程】

宗旨：	增加市民對足毬的認識，鼓勵更多人士參與足毬運動。	
目的：	<p style="text-align: center;">初級班</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 提高學員的個人控毬能力 ● 培養學員對足毬活動的興趣 ● 普及足毬運動 	<p style="text-align: center;">改良班</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 鞏固學員基本技術 ● 加深學員對賽例認識 ● 讓學員在對賽中實踐
課程內容：	<ul style="list-style-type: none"> ● 介紹足毬的基本技術及賽例 ● 教授基本四式控毬 ● 發球/接發球/基本對接技巧 	<ul style="list-style-type: none"> ● 改良學員控毬技術及穩定性 ● 網毬賽例(團體/雙人/單人賽)了解 ● 教授網毬比賽基本技術及組織技術等
參加資格：	7歲或以上	<ul style="list-style-type: none"> ● 已完成及通過初級班測試 ● 通過改良班首堂測試
每班名額：	30人 (先到先得，額滿即止)	20人 (先到先得，額滿即止)
費用：	港幣\$100	港幣\$120
獎勵：	<ul style="list-style-type: none"> ● 測試合格者，可申請報讀足毬改良班。 	
截止報名日期：	請參閱課程時間表	
報名方法：	<p>郵寄或親身遞交以下資料到香港足毬總會秘書處，地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1014 室。</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 報名表 ● 劃線支票，抬頭「香港足毬總會有限公司」或 現金繳付 <p>【請勿郵寄現金/期票，若因郵遞錯誤，本會恕不負責。】</p>	
備註：	<ol style="list-style-type: none"> 1. 足毬由本會提供。 2. 每張支票只可繳交一班的費用。 3. 學員必須穿著運動服裝上課，運動鞋鞋底則以不脫色為準。 4. 如於開課前五天仍未收到任何通知，可致電本會查詢或瀏覽本會網頁。 5. 如有班別報名人數不足名額一半，該班別將會取消，本會將會安排學員轉班或退回課程費用。 6. 報名一經接納，所繳交費用概不發還。(除未被取錄及班別取消外) 7. 截止報名後，不得轉班。(除班別取消外) 8. 如報名表格上所載資料不詳，本會有權不接納其報名。 9. 香港足毬總會有限公司保留一切最終決定權。 	
查詢：	<p>電話：2504 8134 傳真：2891 9337</p> <p>電郵：enquiry@hkshuttlecock.org 網址：http://www.hkshuttlecock.org</p> <p>Facebook 專頁：http://www.facebook.com/hongkongshuttlecock</p>	

2019-2020 足毬訓練班 (初級班及改良班)

課程時間表

【初級班】 - 適合 7 歲或以上初學者

課程編號	地點	日期	時間	截止報名日期
ESTC/19/001	界限街體育館	3, 10, 17, 24/4; 8, 15/5/2019 (逢星期三)	19:00-21:00	15/3/2019 (星期五)
ESTC/19/002	摩士公園體育館	27/4; 4, 11, 18, 25/5; 1/6/2019 (逢星期六)	15:00-17:00	22/3/2019 (星期五)
ESTC/19/003	佛光街體育館	6, 13, 20, 27/7; 3, 10/8/2019 (逢星期六)	16:00-18:00	7/6/2019 (星期五)
ESTC/19/004	稍後公佈			

【改良班】 - 適合已完成初級班及通過測試之學員

課程編號	地點	日期	時間	截止報名日期
SSRC/19/001	界限街體育館	22, 29/5; 5, 12, 19, 26/6/2019 (逢星期三)	19:00-21:00	24/4/2019 (星期四)
SSRC/19/002	摩士公園體育館	8, 15, 22, 29/6; 6, 13/7/2019 (逢星期六)	15:00-17:00	3/5/2019 (星期五)
SSRC/19/003	佛光街體育館	7, 21, 28/9; 5, 12, 19/10/2019 (逢星期六)	16:00-18:00	2/8/2019 (星期五)
SSRC/19/004	稍後公佈			

訓練課程時間表如有任何爭議，以香港足毬總會有限公司最後決定為準。

界限街體育館：九龍旺角洗衣街 200 號 (毗鄰旺角大球場)

摩士公園體育館：九龍黃大仙鳳舞街 40 號

佛光街體育館：九龍何文田牧愛街 18 號佛光街體育館 9 樓

惡劣天氣安排：

當天文台發出紅色暴雨警告信號或發出 3 號颱風訊號，課程將繼續進行，學員家長可自行決定是否讓子女上課；倘於上課前 2 小時，天文台發出黑色暴雨警告信號或 8 號或以上颱風訊號，是日課程取消，不會另行補課。