



香港足毬總會有限公司 主辦



康樂及文化事務署 資助

## 2021-2022 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;"><b>初級班</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 提高學員的個人控毬能力</li> <li>● 培養學員對足毬活動的興趣</li> <li>● 普及足毬運動</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>改良班</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 鞏固學員基本技術</li> <li>● 加深學員對賽例認識</li> <li>● 讓學員在對賽中實踐</li> </ul>
課程內容：	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 介紹足毬的基本技術及賽例</li> <li>● 教授基本四式控毬</li> <li>● 發球/接發球/基本對接技巧</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 改良學員控毬技術及穩定性</li> <li>● 網毬賽例(團體/雙人/單人賽)了解</li> <li>● 教授網毬比賽基本技術及組織技術等</li> </ul>
參加資格：	7歲或以上	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 已完成及通過初級班測試</li> <li>● 通過改良班首堂測試</li> </ul>
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
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 1041 室，信封面請註明「2021-2022 足毬訓練班報名」。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 報名表</li> <li>● 劃線支票，抬頭「香港足毬總會有限公司」</li> </ul> <p><b>【請勿郵寄期票，若因郵遞錯誤，本會恕不負責。】</b></p>	
備註：	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 足毬由本會提供。</li> <li>2. 每張支票只可繳交一班的費用。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>6. 報名一經接納，所繳交費用概不發還。</li> <li>7. 截止報名後，不得轉班。(除班別取消外)</li> <li>8. 如報名表格上所載資料不詳，本會有權不接納其報名。</li> <li>9. 香港足毬總會有限公司保留一切最終決定權。</li> </ol>	
查詢：	<p>電話：2504 8134/ 2504 8279      傳真：2891 9337</p> <p>電郵：<a href="mailto:enquiry@hkshuttlecock.org">enquiry@hkshuttlecock.org</a>      網址：<a href="http://www.hkshuttlecock.org">http://www.hkshuttlecock.org</a></p> <p>Facebook 專頁：<a href="http://www.facebook.com/hongkongshuttlecock">http://www.facebook.com/hongkongshuttlecock</a></p>	

# 2021-2022 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/21/001	駱克道體育館 <sup>1</sup>	1, 8, 15, 29/9/2021; 6, 13/10/2021 (逢星期三)	19:00-21:00	<b>20/8/2021</b>

### 【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/21/001	駱克道體育館 <sup>1</sup>	20, 27/10/2021; 3, 10, 17, 24/11/2021 (逢星期三)	19:00-21:00	<b>8/10/2021</b>

<sup>1</sup> 駱克道體育館 : 香港灣仔軒尼詩道 225 號駱克道市政大廈

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。

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。