



香港單車聯會 主辦



康樂及文化事務署 資助

室內單車球少年訓練班

2011-2012

宗旨

推廣單車球運動，由青少年開始接受單車球訓練，培訓及發掘有潛質單車球運動員成為香港代表隊成員

課程大綱：

1. 學習基本單車球控制動作
2. 個人及隊際技術訓練
3. 認識國際室內單車球例
4. 如何保養及維修單車球單車 (基本認識)

班別	日期 (星期日、一)
初班一	2011年10月2,9,16,17,24,30,31日 2011年11月6日
初班二	2011年11月13,20,21,27日 2011年12月4,5,11,12日
初班三	2011年12月18日 2012年1月1,2,8,9,16,29日 2012年2月5日
初班四	2012年2月12,19,20,26日 2012年3月4,11,12,18日

時間：6:00pm - 8:00pm

地點：長發體育館(青衣長發邨長發商場4樓)

名額：每班20人，先到先得，額滿即止

報名辦法：填妥報名表格連同報名費劃線支票抬頭Hong Kong Cycling Association及回郵信封，郵寄或親身交香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓1015室香港單車聯會；另可選擇過帳至上海商業銀行：33082-02617-6或匯豐銀行：809-504301-292連同過帳收據及報名表格傳真至香港單車聯會，傳真號碼2834 3715

報名費：\$75

資格：年齡12-18歲 (18歲以下人士需由監護人決定參加)

獎勵：考試合格者可獲證書



查詢：香港單車聯會2504 8176 網址：www.cycling.org.hk



香港單車聯會主辦



康樂及文化事務署資助

室內單車球少年訓練班 2011-2012

宗旨： 推廣單車球運動，由青少年開始接受單車球訓練，培訓及發掘有潛質單車球運動員成為香港代表隊成員

- 課程大綱：
1. 學習基本單車球車控制動作
 2. 個人及隊際技術訓練
 3. 認識國際室內單車球例
 4. 如何保養及維修單車球單車（基本認識）

班別	日期（星期日、一）	時間	地點	考試日期	報名日期
初班一	2011年10月2,9,16,17,24,30,31日 2011年11月6日	6pm 8pm	長發體育館 青衣長發邨 長發商場4樓	2011年 11月6日	2011年 9月1日
初班二	2011年11月13,20,21,27日 2011年12月4,5,11,12日			2011年 12月12日	
初班三	2011年12月18日 2012年1月1,2,8,9,16,29日 2012年2月5日			2012年 2月5日	
初班四	2012年2月12,19,20,26日 2012年3月4,11,12,18日			2012年 3月18日	

名額： 每班 20 人，先到先得，額滿即止

報名辦法： 填妥報名表格連同報名費劃線支票抬頭 **Hong Kong Cycling Association** 及回郵信封，郵寄或親身交香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1015 室香港單車聯會；另可選擇過帳至上海商業銀行：33082-02617-6 或匯豐銀行：809-504301-292 連同過帳收據及報名表格傳真至香港單車聯會，傳真號碼 2834 3715

報名費： \$75

資格： 年齡 12-18 歲（18 歲以下人士需由監護人決定參加）

獎勵： 考試合格者可獲證書

查詢： 香港單車聯會 2504 8176

網址： www.cycling.org.hk

室內單車球少年訓練班 2011-2012 報名表格

姓名（中文）	（英文）	會員證編號
出生日期	年齡	性別
通訊地址		
日間及住宅聯絡電話	電郵地址	選擇班別
*參加者簽署	*監護人姓名及簽署	

I certify that I am entering this race at my risk and responsibility. I agreed to abide by the regulations, policies and anti-doping policy of Hong Kong Cycling Association. I for myself, my executors and administrators, do hereby waive and release, any and all rights, claims and causes of action I have or may have against Hong Kong Cycling Association and all sponsors, promoters, supporters and all other contributors from any and all liability arising from illness, injury, death, loss and economic consequences I may suffer as a result of my entry in this event from any cause whatsoever, including negligence. I certify that I am physically fit and sufficiently trained to compete for the completion of this event. I grant permission and assign all rights, title and interest to the organizer to utilize my appearance, name, voice biodata and likeness in connection with the race in any and all media throughout the world in perpetually and agree to waive any rights of inspection or approval associated.

謹證明本人是自願參加比賽，並願意自行承擔所有責任。本人亦謹遵守賽會之一切規則，決定包括藥物檢查條例。本人、本人之繼承人、本人之遺囑執行人及本人之管理人員謹此豁免香港單車聯會，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因參加是項比賽而由任何原因，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。本人亦同時聲明本人身體狀況良好及具備足夠訓練完成賽事。本人願意授權大會及傳媒在無須本人簽查而可以使用本人的肖像、姓名、聲線及個人資料作為活動籌辦及推廣之用。

Version 20110728