



# 香港游泳協會有限公司主辦



## 戴麟趾爵士康樂基金 贊助

九龍深水埗大埔道 75 號威信商場 1 樓 3 室

電話：23335137

傳真：223335147

網址：www.sahk.org.hk

### 獨木舟一星章課程

參加資格：年滿 14 歲以上(以活動舉行日期為基礎計算)及能和衣物游泳五十米。

課程為期：一天課程

名額：8 名(成人或學員皆可)

日期：TBC(額滿即開) 可自訂

活動時間：當日 09:00-17:00

課程內容：課程包括哨子訊號的認識、個人裝備、如何穿著救生衣、集合成艇排及翻艇後的適當處理方法。

考核及獎勵：香港獨木舟總會認可教練評核合格後，可獲發獨木舟一星證書。

地點：荃灣青山公路九段近水灣泳灘 17 號泳棚(獨木舟總會認可場地)

費用：每名參加者\$300.00 元 (包考試費用)

膳食及交通：參加者自行安排。

在惡劣天氣下會有以下安排：

| 天氣情況        | 天文台於活動當日上午七時宣布發出:                                |                          |
|-------------|--|--------------------------|
| 活動          | 雷暴警告、紅色暴雨警告信號、一號熱帶氣旋警告信號或強烈季候風信號生效               | 黑色暴雨警告信號或三號或以上熱帶氣旋警告信號生效 |
| 同樂日及為期一天訓練班 | 仍需到中心報到，活動進行與否，由中心職員視乎當地的天氣情況而定。<br>(訓練課程內的旅程除外) | 活動將會取消                   |
| 為期兩天或以上的訓練班 |  | 當日課程將會取消，餘下課程則會如期進行。     |
| 旅程          | 所有旅程將會取消 (包括訓練課程的旅程)                             |                          |

備註：1. 參加者於第一日上課時將總會發出活動手冊、證書及費用; 交到教練覆核，以便安排考試。

2. 參加者進行水上活動時，水上活動訓練班參加者必須穿著合適的衣服及裝備，例如泳衣、泳褲、眼鏡帶、太陽帽、輕便透氣及合身的長袖外衣，並穿著適用於水上活動的包跟及包趾膠鞋 (不可穿著沒有保護足踝功能的拖鞋及涼鞋)。

3. 以上課程以費不包括獨木舟手冊及證書



# 香港游泳協會有限公司主辦



## 戴麟趾爵士康樂基金 贊助

九龍深水埗大埔道 75 號威信商場 1 樓 3 室 電話：23335137 傳真：223335147 網址：www.sahk.org.hk

### 獨木舟二星章課程

- 參加資格：持有獨木舟一星章證書。
- 課程為期：一天課程
- 名額：8 名
- 日期：TBC(額滿即開) 可自訂
- 活動時間：當日 09:00-17:00
- 課程內容：課程包括救生衣、槳及獨木舟的認識、天氣的影響、船尾舵轉向、艇排的靈活運用、HI 救艇法。
- 考核及獎勵：香港獨木舟總會認可教練評核合格後，可獲發獨木舟二星證書。
- 地點：荃灣青山公路九段近水灣泳灘 17 號泳棚(獨木舟總會認可場地)
- 費用：每名參加者\$300.00 元(包考試費用)
- 膳食及交通：參加者自行安排。

在惡劣天氣下會有以下安排：

| 活動          | 天氣情況   | 天文台於活動當日上午七時宣布發出：                  |                          |
|-------------|--|------------------------------------|--------------------------|
|             |  | 雷暴警告、紅色暴雨警告信號、一號熱帶氣旋警告信號或強烈季候風信號生效 | 黑色暴雨警告信號或三號或以上熱帶氣旋警告信號生效 |
| 同樂日及為期一天訓練班 | 仍需到中心報到，活動進行與否，由中心職員視乎當地的天氣情況而定。<br>(訓練課程內的旅程除外) | 活動將會取消                             |                          |
| 為期兩天或以上的訓練班 |  | 當日課程將會取消，餘下課程則會如期進行。               |                          |
| 旅程          | 所有旅程將會取消 (包括訓練課程的旅程)                             |                                    |                          |

- 備註：
- 參加者於第一日上課時將總會發出活動手冊、證書及費用；交到教練覆核，以便安排考試。
  - 參加者進行水上活動時，水上活動訓練班參加者必須穿著合適的衣服及裝備，例如泳衣、泳褲、眼鏡帶、太陽帽、輕便透氣及合身的長袖外衣，並穿著適用於水上活動的包跟及包趾膠鞋（不可穿著沒有保護足踝功能的拖鞋及涼鞋）。
  - 以上課程以費不包括獨木舟手冊及證書



# 香港游泳協會有限公司主辦



## 戴麟趾爵士康樂基金 贊助

九龍深水埗大埔道 75 號威信商場 1 樓 3 室 電話：23335137 傳真：223335147 網址：www.sahk.org.hk

### 獨木舟三星章課程

- 參加資格：持有獨木舟二星章證書。  
課程為期：一天課程  
名額：8 名  
日期：TBC(額滿即開) 可自訂  
活動時間：當日 09:00-17:00  
課程內容：課程包括獨木舟運動安全知識、橫划、靜止中的壓水平衡、個人近岸清理艇隻及 X 型深水拯救法。  
考核及獎勵：香港獨木舟總會認可教練評核合格後，可獲發獨木舟三星證書。  
地點：荃灣青山公路九段近水灣泳灘 17 號泳棚(獨木舟總會認可場地)  
費用：每名參加者\$300.00 元(包考試費用)  
膳食及交通：參加者自行安排。

在惡劣天氣下會有以下安排：

| 活動          | 天氣情況   | 天文台於活動當日上午七時宣布發出:                  |                          |
|-------------|--|------------------------------------|--------------------------|
|             |  | 雷暴警告、紅色暴雨警告信號、一號熱帶氣旋警告信號或強烈季候風信號生效 | 黑色暴雨警告信號或三號或以上熱帶氣旋警告信號生效 |
| 同樂日及為期一天訓練班 | 仍需到中心報到，活動進行與否，由中心職員視乎當地的天氣情況而定。<br>(訓練課程內的旅程除外) | 活動將會取消                             |                          |
| 為期兩天或以上的訓練班 |  | 當日課程將會取消，餘下課程則會如期進行。               |                          |
| 旅程          | 所有旅程將會取消 (包括訓練課程的旅程)                             |                                    |                          |

備註：1. 參加者於第一日上課時將總會發出活動手冊、證書及費用; 交到教練覆核，以便安排考試。

- 參加者進行水上活動時，水上活動訓練班參加者必須穿著合適的衣服及裝備，例如泳衣、泳褲、眼鏡帶、太陽帽、輕便透氣及合身的長袖外衣，並穿著適用於水上活動的包跟及包趾膠鞋（不可穿著沒有保護足踝功能的拖鞋及涼鞋）。
- 以上課程以費不包括獨木舟手冊及證書



# 香港游泳協會有限公司主辦



## 戴麟趾爵士康樂基金 贊助

九龍深水埗大埔道 75 號威信商場 1 樓 3 室 電話：23335137 傳真：223335147 網址：www.sahk.org.hk

### 表名回條

參加者姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

性別： \_\_\_\_\_ 年齡： \_\_\_\_\_ 出生日期： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_

泳協會員號碼： \_\_\_\_\_

#### 家長同意書

#### 活動名稱：

獨木舟訓練班 一星章  二星章  三星章  口加

獨木舟手冊每 50 元  證書每星章 30 元

#### 聲明

本人已清楚上述活動/訓練之內容，且確知敝子弟之健康情況適宜參與有關活動。  
現同意敝子弟 \_\_\_\_\_ (姓名) 參與上述活動/訓練班。

特別健康情況(例如敏感、哮喘等)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

家長/監護人簽署： \_\_\_\_\_ 身份證號碼(首 4 個字)： \_\_\_\_\_ xxx(x)

家長/監護人姓名(正楷)： \_\_\_\_\_ 關係： \_\_\_\_\_

緊急聯絡電話： \_\_\_\_\_ 日期： \_\_\_\_\_

#### 備註：

1. 申請表格內填報的個人及其他有關的資料，會供本會處理申請參與活動/訓練班及有關的用途。在表格內提供的個人及其他有關資料純屬自願。然而，如果沒有正確或足夠的資料，本會可能無法處理有關的申請。
2. 在一般情況下，家長同意書將於活動/訓練班完成後 6 個月銷毀。