



香港海事青年團

HONG KONG SEA CADET CORPS

總部：九龍鑽石山豐盛街 11 號

電話/Telephone：2328 8656, 2327 7883

Headquarters：11 Fung Shing Street, Diamond Hill, Kowloon. 圖文傳真/Fax：2350 2484

由：總參事
事由：訓練活動通告 1709
日期：2024 年 6 月 4 日

致：各分隊指揮官
各學校分隊負責老師

游泳訓練班 (第三期)

目的：訓練學員基本泳術，改善體能，為參與水上活動及拯溺課程打好基礎

內容：學習基本泳術，包括自由式等泳式，改善力量、速度、技巧

日期：第三期：2024 年 7 月 6、13、20 日，8 月 3、10、17、24、31 日 (星期六)

時間：晚上 6 時至晚上 7 時

地點：康文署小西灣游泳池 (小西灣道 15 號小西灣綜合大樓一樓 [室內訓練池])

集合：下午 5 時 45 分 游泳池門口

對象：本團團員

名額：每班 5-8 人

費用：8 堂為 1 期，每期每人 \$640 元 (學員該期出席率滿 8 成，可獲總部資助 \$140 學費)
[學員須自費進入游泳池]

交通：自行安排

服裝：報到：SCC 太陽帽 + Camp Rig + 深藍色長褲 + 波鞋
(另需自備：1. 泳裝；2. 泳鏡；3. 毛巾；4. 梳洗用品；5. 拖鞋；6. 飲用水)

報名：請於 **2024 年 4 月 1 日前** 將填妥之報名表格及費用送交總部張小姐
(支票抬頭「Hong Kong Sea Cadet Corps」或「香港海事青年團」)

備註：➤ 課程每期 8 堂，共 3 期 (24 堂)，逢星期六上課

目標：完成三期課程，可以改善心肺功能及達到拯溺水試要求

- 教練：劉凱霖 **Allen** (香港游泳教師總會合格游泳教師)
- 如需要可訂購 **A 字浮板 (\$50)**
- 如需要使用泳池儲物櫃，請自備 **5 元硬幣**
- 自備足夠現金及八達通
- 小西灣游泳池於每年十一月至翌年四月中期間，提供暖水游泳池設施
- 如學員中途退出活動，所有已繳費用，概不退還
- 此課程可作 **AYP 康樂體育科**項目

<活動通告及家長同意書>

甲部 致：家長／監護人

本隊將於 **2024 年 7 月 6 日至 8 月 31 日(共 8 堂)** 在 **小西灣游泳池** 舉行「**游泳訓練班 (第三期)**」活動。

貴子弟如要參加上述活動，請最遲於 **2024 年 7 月 1 日前**將下列回條填妥交回本隊存案及辦理。

香港海事青年團總參事 啟

日期：2024 年 6 月 4 日

註：活動部份開支由香港賽馬會慈善基金資助

乙部 致：分隊指揮

有關 貴隊於 **2024 年 7 月 6 日至 8 月 31 日(共 8 堂)** 在 **小西灣游泳池** 舉行「**游泳訓練班 (第三期)**」活動，本人*同意／不同意 敝子弟 _____（姓名）參加。

敝子弟身體狀況良好適合參加此項活動。

家長／監護人姓名：_____ 簽署：_____

聯絡電話：_____ 日期：_____

*請刪去不適用者

致：香港海事青年團
總參事
電郵：headquarters@seacadet.org.hk

<訓練活動報名表>

甲部--由分隊填寫

分隊名稱：_____ 報名活動：游泳訓練班 (第三期)
舉行日期：2024 年 7 月 - 8 月 活動費用：\$ 640 X _____ 人 = \$ _____
負責長官：_____ 聯絡電話：_____

報名名單：

	隊員編號	階級	姓名	電話	性別	備註
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						

乙部--總部專用

收表日期：		收據編號：	
已交費用：		現金 / 支票號碼：	
報名結果：	接納 / 不獲接納	審批職員：	