

主辦

資助

# 2023-2024 草地滾球訓練計劃

## (第七十四期)

- 一、宗旨：透過有系統的訓練，令學員能正確地掌握草地滾球的基本技術。教練與學員的比例不超過 1：8，使教練能兼顧個別學員的需要，從而提升個人技術。
- 二、班別：設有初級、中級及高級班。  
另設自組班：任何人士只須集合 8 位參加者即可要求本會為其開班。  
每個課程 8 堂，每堂 2 小時。
- 三、參加資格：8 至 17 歲（青少年班）  
18 歲或以上（成人班）  
8 歲或以上（親子班）
- 初級班：任何有興趣的人士均可報名參加  
中級班：曾參加本會或其他機構舉辦的草地滾球訓練班  
高級班：曾參加本會舉辦的中級訓練班或草地滾球會會員
- （註：18 歲或以上參加者可重覆參與同一級別的訓練班一次，超過兩次者，如該班於截止報名後仍有餘額，其申請亦會被接納。）
- 四、名額：每班不超過 8 人
- 五、報名費：每位港幣 100 元（青少年初級班 / 青少年中級班）  
每位港幣 150 元（成人初級班 / 親子初級班）  
每位港幣 200 元（成人中級班 / 親子中級班 / 成人高級班）
- 六、報名手續：填妥報名表格後，連同報名費支票（收款人：「中國香港草地滾球總會」或「Lawn Bowls Association of Hong Kong, China」）及附上足夠郵資（港幣 2.2 元）的回郵信封（如已提供電郵地址，則無須夾附回郵信封。），親身或郵寄至本會辦事處，詳情如下：  
香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓 2010 室  
中國香港草地滾球總會
- 不接受郵寄現金。資料不全者，報名恕不受理
- 七、取錄通知：報名獲接納與否，參加者最遲將於開課前五天接獲通知。所有報名一經接納，參加者不得轉讓名額，而退出人士所繳交之費用概不退還。若開班前 3 日未有收到任何通知，可致電本會查詢。  
未被取錄之參加者，如未有附上回郵信封或附上郵資不足之回郵信封，支票將直接銷毀而不作另行通知，敬請留意。
- 八、截止日期：開課前 5 個星期，先到先得，額滿即止。
- 九、查詢：2504 8251 網頁：[www.hklba.org/new](http://www.hklba.org/new)
- 訓練計劃預告：第 75 期---上課日期:2024 年 4 月至 2024 年 9 月-----報名日期:2024 年 2 月上旬。

# 上課時間表 (請保留此頁作參考)

備註 (1) 停課日期：2023 年 10 月 1,2,23 日，12 月 24-26,31 日，2024 年 1 月 1 日，2 月 10-13 日 及 3 月 29-30 日。

備註 (2) 所有坑口文曲里公園草地滾球場 (TKO) 的上課日期，仍有待康文署確認，預計訓練班開課前 3 星期才能作實。

備註 (3) 所有沙田小瀝源路遊樂場草地滾球場 (SLY) 的上課日期，仍有待康文署確認，預計訓練班開課前 3 星期才能作實。

備註 (4) 所有港島東體育館室內草地滾球場 (IE) 的上課日期，仍有待康文署確認，預計訓練班開課前 3 星期才能作實。

備註 (5) 所有維多利亞公園草地滾球場(近泳池) (VP) 的上課日期，仍有待康文署確認，預計訓練班開課前 3 星期才能作實。

班號	級別	地點	上課日期	星期	時間
BA-149	成人初班	TCS	3/10-21/11/2023	星期二	8pm-10pm
BA-150	成人初班	TKO	6/10-24/11/2023	星期五	10am-12nn
BA-152	成人初班	VP	6/10-24/11/2023	星期五	10am-12nn
BA-154	成人初班	VP	30/10-18/12/2023	星期一	8pm-10pm
BA-155	成人初班	TCS	30/10-18/12/2023	星期一	7pm-9pm
BA-156	成人初班	TKO	3/11-29/12/2023	星期五	7pm-9pm
BA-157	成人初班	SLY	21/11-16/1/2024	星期二	4pm-6pm
BA-159	成人初班	IE	29/1-25/3/2024	星期一	12nn-2pm
BA-160	成人初班	YCK	22/11-10/1/2024	星期三	8pm-10pm
BA-161	成人初班	VP	23/11-11/1/2024	星期四	10am-12nn
BA-162	成人初班	IE	29/1-25/3/2024	星期一	4pm-6pm
BA-163	成人初班	VP	1/12-26/1/2024	星期五	10am-12nn
BA-165	成人初班	TKO	5/1-23/2/2024	星期五	7pm-9pm
BA-166	成人初班	IE	29/1-25/3/2024	星期一	7pm-9pm
BA-167	成人初班	VP	5/1-23/2/2024	星期五	4pm-6pm
BA-168	成人初班	ALC	9/11-28/12/2023	星期四	9am-11am
BA-169	成人初班	VP	6/1-2/3/2024	星期六	8am-10am
BA-170	成人初班	VP	7/1-3/3/2024	星期日	8am-10am
BA-171	成人初班	IE	23/1-19/3/2024	星期二	10am-12nn
BA-172	成人初班	YCK	10/1-28/2/2024	星期三	10am-12nn
BA-173	成人初班	VP	18/1-7/3/2024	星期四	10am-12nn
BA-175	成人初班	VP	27/1-23/3/2024	星期六	8am-10am
BA-176	成人初班	VP	29/1-25/3/2024	星期一	8pm-10pm
BA-177	成人初班	IE	23/1-19/3/2024	星期二	12nn-2pm
BA-178	成人初班	SLY	30/1-26/3/2024	星期二	8pm-10pm
BA-179	成人初班	IE	23/1-19/3/2024	星期二	4pm-6pm
BA-182	成人初班	YCK	30/10-18/12/2023	星期一	10am-12nn
BA-187	成人初班	YCK	21/11-16/1/2024	星期二	8pm-10pm
BA-199	成人初班	YCK	6/10-24/11/2023	星期五	10am-12nn
BA-205	成人初班	YCK	4/1-22/2/2024	星期四	8pm-10pm
BA-60	成人初班	ALC	1/11-20/12/2023	星期三	10am-12nn
IY-143	青少年中班	ALC	1/11-20/12/2023	星期三	5pm-7pm
IY-144	青少年中班	VP	17/10-5/12/2023	星期二	5pm-7pm
IY-145	青少年中班	IE	27/1-23/3/2024	星期六	8am-10am
IY-146	青少年中班	VP	8/1-4/3/2024	星期一	5pm-7pm
IY-147	青少年中班	YCK	25/1-14/3/2024	星期四	5pm-7pm
BY-139	青少年初班	YCK	10/10-28/11/2023	星期二	5pm-7pm
BY-140	青少年初班	TKO	18/11-6/1/2024	星期六	8am-10am
BY-141	青少年初班	VP	26/11-14/1/2024	星期日	8am-10am
BY-142	青少年初班	TKO	13/1-16/3/2024	星期六	8am-10am
BP-148	親子初班	VP	26/11-14/1/2024	星期日	8am-10am

草地滾球場		場地地址及電話
VP	維多利亞公園草地滾球場	香港銅鑼灣高士威道維多利亞公園 (港鐵天后站 A2 出口) 電話：2570 6186
ALC	鴨脷洲體育館室內草地滾球場	香港鴨脷洲洪聖街 8 號 (近鴨脷洲大街) 電話：2554 0832
IE	港島東體育館室內草地滾球場	香港西灣河鯉景道 52 號 (近鯉景灣) 電話：2151 4070
TP	大埔海濱公園草地滾球場	新界大埔大發街 (富善邨對面) 電話：2667 5489
YCK	圓洲角體育館室內草地滾球場	新界沙田銀城街 35 號 (近港鐵馬鞍山線第一城站) 電話：2509 9108
SLY	沙田小瀝源路遊樂場草地滾球場	新界沙田小瀝源路 1 號 (近沙田第一城) 電話：2637 2743
WS	屯門湖山草地滾球場	新界屯門湖山路湖山公園 (近輕鐵兆禧站, 悅湖山莊) 電話：2459 1062
TKO	坑口文曲里公園草地滾球場	新界將軍澳坑口文曲里 6 號 (港鐵坑口站 B2 出口, 近新寶城) 電話：3403 9367
TCS	東昌街體育館室內草地滾球場	新界大埔寶湖道 25 號 電話：2691 2055

注意：參加者上課時請穿著合適的運動服裝及必須穿著平底無聲的運動鞋。

## 中國香港草地滾球總會



主辦 資助  
**2023-2024 草地滾球訓練計劃 (第七十四期)**

**報名表**

請用正楷填寫此表格 (如不敷應用, 請自行影印。)

姓名: (中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

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

香港身份證號碼: 

--	--	--	--	--

 (只須填上字母及首四個數字)

聯絡電話: \_\_\_\_\_ 傳真號碼: \_\_\_\_\_

電郵地址: \_\_\_\_\_ (請儘量提供電郵地址或親友的電郵地址, 以方便聯繫。)

如本人於活動期間遇上緊急事故, 請致電 \_\_\_\_\_ (電話號碼) 與 \_\_\_\_\_ (緊急聯絡人姓名) 聯絡。

\*本人擬參加之班別及選擇次序如下: (例如: 1. BA-01 2. BA-14.....)

1.	2.	3.	4.
----	----	----	----

(\*若首選的班別已滿額或取消, 本會將依次根據學員的第 2 選擇編班, 如此類推。有關編班的安排將不作另行通知。)

為處理閣下之申請, 請註明**最近曾參加**之草地滾球訓練班資料:

訓練班編號及名稱	主辦機構	參加日期
1.		年 月
2.		年 月

(未滿 18 歲的申請人必須由家長或監護人填寫此同意書)

**家長同意書**

本人同意敝子弟 \_\_\_\_\_ 參加上述活動, 並聲明他/她的健康及體能良好, 適宜參加上述活動。如果敝子弟因疏忽、健康或體能欠佳, 而引致於參加這項活動時傷亡, 香港草地滾球總會及康樂及文化事務署則無須負責。

家長/監護人姓名: \_\_\_\_\_ 家長/監護人簽署: \_\_\_\_\_

聯絡電話: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

(18 歲或以上申請人須填寫此聲明)

**健康聲明書**

本人謹此聲明健康及體能良好, 適宜參加上述活動。如果本人因疏忽、健康或體能欠佳, 而引致於參加這項活動時傷亡, 香港草地滾球總會及康樂及文化事務署則無須負責。

參加者簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_