



主辦



資助



2024-2025 草地滾球訓練計劃

(第七十五期)

- 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
- 訓練計劃預告：第 76 期---上課日期:2024 年 10 月至 2025 年 3 月----報名日期:2024 年 8 月上旬。

上課時間表 (請保留此頁作參考)

備註 (1) 停課日期：2024 年 4 月 1,4 日,5 月 1,15 日,6 月 10 日,7 月 1 日及 9 月 17,18 日

備註 (2) 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 (3) 所有東昌街體育館室內草地滾球場 (TCS) 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	班號	級別	地點	上課日期	星期	時間
BY-01	青少年初班	VP	2/4-4/6/2024	二	5pm-7pm	BA-42	成人初班	IE	15/4-3/6/2024	一	10am-12nn
BY-02	青少年初班	YCK	8/4-27/5/2024	一	5pm-7pm	BA-43	成人初班	IE	15/4-3/6/2024	一	2pm-4pm
BY-04	青少年初班	VP	13/4-1/6/2024	六	8am-10am	BA-44	成人初班	IE	15/4-3/6/2024	一	4pm-6pm
BY-05	青少年初班	IE	13/4-1/6/2024	六	8am-10am	BA-45	成人初班	IE	15/4-3/6/2024	一	7pm-9pm
BY-06	青少年初班	IE	14/4-2/6/2024	日	8am-10am	BA-46	成人初班	SLY	20/4-8/6/2024	六	10am-12nn
BY-07	青少年初班	VP	8/6-27/7/2024	六	8am-10am	BA-47	成人初班	VP	25/4-13/6/2024	四	7pm-9pm
BY-08	青少年初班	IE	9/6-28/7/2024	日	8am-10am	BA-48	成人初班	ALC	5/4-24/5/2024	五	10am-12nn
BY-09	青少年初班	TCS	6/7-24/8/2024	六	8am-10am	BA-49	成人初班	YCK	22/5-10/7/2024	三	10am-12nn
BY-10	青少年初班	VP	15/7-7/8/2024	一、三	9am-11am	BA-50	成人初班	SLY	22/5-10/7/2024	三	10am-12nn
BY-11	青少年初班	TCS	15/7-7/8/2024	一、三	10am-12nn	BA-51	成人初班	ALC	5/6-24/7/2024	三	9am-11am
BY-13	青少年初班	TCS	16/7-8/8/2024	二、四	4pm-6pm	BA-52	成人初班	VP	22/5-10/7/2024	三	9am-11am
BY-14	青少年初班	VP	16/7-8/8/2024	二、四	5pm-7pm	BA-53	成人初班	IE	28/5-16/7/2024	二	10am-12nn
BY-15	青少年初班	TCS	16/7-8/8/2024	二、四	2pm-4pm	BA-54	成人初班	IE	28/5-16/7/2024	二	2pm-4pm
BY-154	青少年初班	ALC	20/4-8/6/2024	六	8am-10am	BA-55	成人初班	TP	31/5-19/7/2024	五	10am-12nn
IY-17	青少年中班	VP	8/4-27/5/2024	一	5pm-7pm	BA-56	成人初班	TCS	4/6-23/7/2024	二	10am-12nn
IY-133	青少年中班	ALC	22/5-10/7/2024	三	5pm-7pm	BA-57	成人初班	SLY	4/6-23/7/2024	二	10am-12nn
BA-119	成人初班	VP	9/8-27/9/2024	五	8pm-10pm	BA-59	成人初班	IE	5/6-24/7/2024	三	2pm-4pm
BA-162	成人初班	ALC	8/7-26/8/2024	一	8pm-10pm	BA-60	成人初班	TCS	7/6-26/7/2024	五	10am-12nn
BA-175	成人初班	IE	29/9-17/11/2024	日	8am-10am	BA-61	成人初班	SLY	7/6-26/7/2024	五	7pm-9pm
BA-177	成人初班	ALC	6/7-24/8/2024	六	8am-10am	BA-62	成人初班	VP	7/6-26/7/2024	五	9am-11am
BA-18	成人初班	IE	2/4-21/5/2024	二	10am-12nn	BA-63	成人初班	SLY	7/6-26/7/2024	五	10am-12nn
BA-181	成人初班	ALC	21/9-9/11/2024	六	8am-10am	BA-64	成人初班	YCK	7/6-26/7/2024	五	10am-12nn
BA-19	成人初班	IE	2/4-21/5/2024	二	2pm-4pm	BA-65	成人初班	VP	14/6-2/8/2024	五	7pm-9pm
BA-20	成人初班	IE	2/4-21/5/2024	二	4pm-6pm	BA-68	成人初班	VP	2/8-20/9/2024	五	9am-11am
BA-21	成人初班	IE	2/4-21/5/2024	二	7pm-9pm	BA-69	成人初班	VP	3/8-21/9/2024	六	8am-10am
BA-22	成人初班	TCS	2/4-21/5/2024	二	10am-12nn	BA-70	成人初班	VP	12/8-30/9/2024	一	9am-11am
BA-23	成人初班	TP	5/4-24/5/2024	五	10am-12nn	BA-71	成人初班	VP	16/8-4/10/2024	五	5pm-7pm
BA-24	成人初班	TCS	8/4-27/5/2024	一	8pm-10pm	BA-74	成人初班	TP	20/9-22/11/2024	五	10am-12nn
BA-25	成人初班	YCK	8/4-27/5/2024	一	7pm-9pm	BA-75	成人初班	ALC	7/8-2/10/2024	三	5pm-7pm
BA-26	成人初班	VP	8/4-27/5/2024	一	9am-11am	BP-112	親子初班	SLY	15/9-3/11/2024	日	10am-12nn
BA-27	成人初班	SLY	8/4-27/5/2024	一	7pm-9pm	BP-113	親子初班	IE	13/4-1/6/2024	六	1pm-3pm
BA-28	成人初班	ALC	9/4-28/5/2024	二	11am-1pm	BP-114	親子初班	IE	3/8-21/9/2024	六	8am-10am
BA-30	成人初班	VP	9/4-28/5/2024	二	9am-11am	BP-115	親子初班	SLY	12/5-30/6/2024	日	10am-12nn
BA-31	成人初班	YCK	9/4-28/5/2024	二	9am-11am	BP-116	親子初班	IE	8/6-27/7/2024	六	8am-10am
BA-32	成人初班	VP	9/4-28/5/2024	二	7pm-9pm	BP-117	親子初班	IE	11/8-29/9/2024	日	8am-10am
BA-33	成人初班	VP	9/4-28/5/2024	二	5pm-7pm	BP-158	親子初班	IE	28/9-16/11/2024	六	8am-10am
BA-34	成人初班	VP	11/4-30/5/2024	四	9am-11am	BP-159	親子初班	ALC	5/5-23/6/2024	日	8am-10am
BA-35	成人初班	TCS	11/4-30/5/2024	四	4pm-6pm	IA-100	成人中班	IE	3/8-21/9/2024	六	1pm-3pm
BA-36	成人初班	YCK	11/4-30/5/2024	四	7pm-9pm	IA-102	成人中班	SLY	5/9-24/10/2024	四	8pm-10pm
BA-37	成人初班	SLY	11/4-30/5/2024	四	10am-12nn	IA-103	成人中班	YCK	5/8-23/9/2024	一	7pm-9pm
BA-39	成人初班	VP	12/4-31/5/2024	五	9am-11am	IA-105	成人中班	VP	25/6-13/8/2024	二	7pm-9pm
BA-40	成人初班	IE	12/4-31/5/2024	五	10am-12nn	IA-106	成人中班	VP	7/6-26/7/2024	五	5pm-7pm
BA-41	成人初班	IE	12/4-31/5/2024	五	2pm-4pm	IA-107	成人中班	ALC	18/6-6/8/2024	二	11am-1pm

班號	級別	地點	上課日期	星期	時間
IA-108	成人中班	YCK	28/5-16/7/2024	二	8pm-10pm
IA-109	成人中班	ALC	21/8-16/10/2024	三	9am-11am
IA-110	成人中班	IE	28/5-16/7/2024	二	7pm-9pm
IA-111	成人中班	TCS	22/5-10/7/2024	三	10am-12nn
IA-150	成人中班	ALC	3/9-29/10/2024	二	11am-1pm
IA-81	成人中班	YCK	8/4-27/5/2024	一	10am-12nn
IA-83	成人中班	IE	11/4-13/6/2024	四	10am-12nn
IA-84	成人中班	IE	11/4-30/5/2024	四	2pm-4pm
IA-85	成人中班	TCS	11/4-30/5/2024	四	7pm-9pm
IA-86	成人中班	ALC	5/4-24/5/2024	五	8pm-10pm
IA-87	成人中班	ALC	5/7-23/8/2024	五	10am-12nn
IA-99	成人中班	IE	28/5-16/7/2024	二	4pm-6pm
AA-118	成人高班	IE	12/4-31/5/2024	五	4pm-6pm
AA-120	成人高班	IE	28/9-16/11/2024	六	1pm-3pm
AA-121	成人高班	TCS	9/4-28/5/2024	二	7pm-9pm
AA-122	成人高班	SLY	9/4-28/5/2024	二	10am-12nn
AA-123	成人高班	IE	22/5-10/7/2024	三	2pm-4pm

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蹣的運動鞋。



主辦



資助



2024-2025 草地滾球訓練計劃 (第七十五期)

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, 中國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, 中國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: _____