

計劃詳情：本計劃為期一年，共32節，每節兩小時，其中兩節為青苗**挑戰日** (各四小時)。訓練計劃的詳情及內容如下：

時間表	計劃項目	計劃內容	報名費
19/4/2015 星期日	甄選日	合資格的參加者，須成功通過技術測試，方可正式接受訓練。	免費
5/2015-2/2016 (30節)	訓練	改進學員的基本技術，加強技術的訓練。教授球例知識、球員禮儀、比賽方法及戰術運用。	\$600
4/10/2015 (星期日)	挑戰日(I)	學員經過半年訓練後，藉此挑戰日與其他地區的青苗學員切磋球技及測試所學的技術。	
21/2/2016 (星期日)	挑戰日(II)	學員完成所有訓練後，藉此挑戰日再次與其他地區的青苗學員進行比賽，切磋球技及測試所學的技術。	

青苗全年訓練計劃完畢後，本會鼓勵學員於2016年3月參加由本會舉辦的「青少年新秀賽」(費用\$80)。表現優異者，比賽後將被挑選加入青苗精英隊或地區精英隊，繼續接受有系統的訓練。

甄選詳情：合資格的參加者，必須參加以下的甄選測試。參加者將於2015年5月1日前獲通知甄選結果，入選者將獲**繳費通知書**及參加全年的訓練。

甄選日期：2015年4月19日(星期日)  
如因天氣關係取消，將順延至2015年4月26日(星期日)舉行

甄選時間：2:30 pm — 6 pm

甄選地點：鴨脷洲體育館室內草地滾球場

訓練時間表：

班號	地點	時間	上課日期
YAS-VP	維多利亞公園草地滾球場	7pm — 9pm	2015年 5月15, 22日 6月5日
YAS-ALC	鴨脷洲體育館室內草地滾球場	7pm — 9pm	7月3, 10, 17, 24, 31日 8月7, 14, 21, 28日 9月4, 11, 18日
YAS-ST	沙田小瀝源路遊樂場草地滾球場	5pm — 7pm	10月4*, 16, 23, 30日 11月6, 20, 27日 12月4, 11, 18日
YAS-WS	屯門湖山草地滾球場	6pm — 8pm	2016年 1月8, 15, 22, 29日 2月5, 19, 21*日
YAS-TKO	將軍澳坑口文曲里公園草地滾球場	7pm — 9pm	(逢星期五)

註：以上訓練日期如有更改，將以香港草地滾球總會最後公佈為準。

# 2015年10月4日(星期日)**挑戰日**的訓練，將於鴨脷洲體育館室內草地滾球場進行(下午2時至6時)。  
# 2016年2月21日(星期日)**挑戰日**的訓練，將於鴨脷洲體育館室內草地滾球場進行(下午2時至6時)。

# 青苗 2015-2016

編號 \_\_\_\_\_  
報 名 表

請用正楷填寫此表格 (可自行影印此表格)

姓名(中文) \_\_\_\_\_

姓名(英文) \_\_\_\_\_

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

地址(英文) \_\_\_\_\_

聯絡電話 (日) \_\_\_\_\_ (夜) \_\_\_\_\_

傳真：\_\_\_\_\_ 電郵：\_\_\_\_\_

請於下列“選擇次序”一欄內，填上選擇的優先次序(即“1”，“2”及/或“3”)。為善用資源，總會在收生時，保留一切分配的權利，參加者不得異議。參加者若不希望被派到另一個訓練中心，請於“選擇次序”一欄內，只填上一個選擇。

選擇次序 (1, 2 及/或 3)	班號	地點
	YAS-VP	維多利亞公園草地滾球場
	YAS-ALC	鴨脷洲體育館室內草地滾球場
	YAS-ST	沙田小瀝源路遊樂場草地滾球場
	YAS-WS	屯門湖山草地滾球場
	YAS-TKO	將軍澳坑口文曲里公園草地滾球場

未滿18歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明

聲明

我聲明：\_\_\_\_\_ (參加者姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動。如果申請人因疏忽、健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構、資助機構及贊助機構則無須負責。

家長或監護人姓名 \_\_\_\_\_ 家長或監護人簽署 \_\_\_\_\_

聯絡電話(日) \_\_\_\_\_ (夜) \_\_\_\_\_ 日期 \_\_\_\_\_

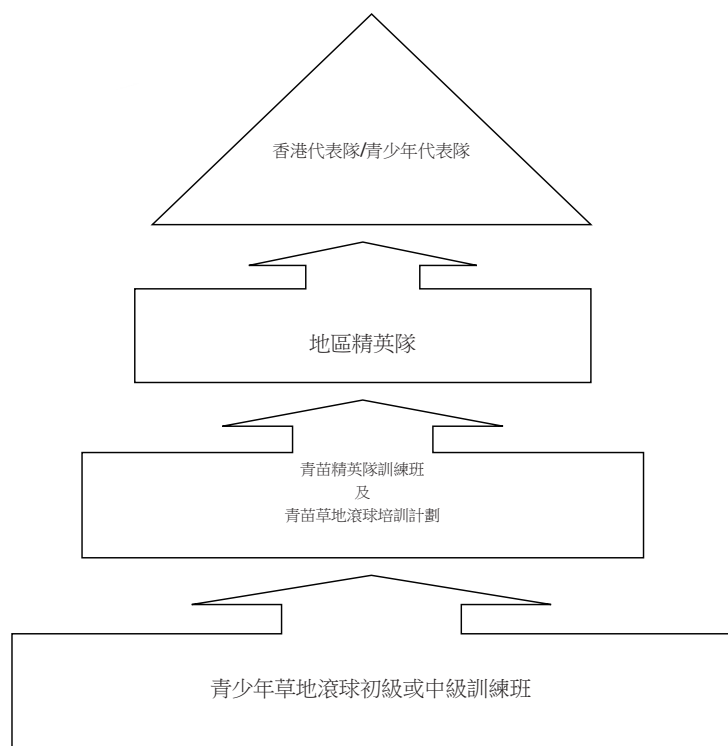
請連同報名表格，附上已貼上\$1.7郵票的回郵信封乙個。

你所提供的資料只用於本會與康樂及文化事務署的康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交報名表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。

備註:

1. 如發現申請者未符合資格或申請表資料不全，報名恕不受理。
2. 上課時必須穿著平底無蹠運動鞋（技巧鞋亦可）。
3. 如因天氣而取消之課堂，本會將不另作補課安排。
4. 本會保留修改章程及活動內容的權利，參加者不得異議。
5. 訓練中心

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
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
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
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
將軍澳坑口文曲里公園草地滾球場	新界將軍澳文曲里6號 (港鐵坑口站B2出口, 近新寶城) 電話：3403 9367



主辦



資助



贊助

POKKA CAFE

# 青苗 2015-2016 草地滾球培訓計劃

**宗旨**：本計劃希望透過有系統的訓練，提高青少年對草地滾球運動的認識及興趣，進一步改進並鞏固參加者的基本技術，同時提高其比賽技巧及戰術運用。表現優秀的參加者，於訓練計劃完畢後，有機會被挑選加入精英隊，晉身青少年代表隊，參與國際性賽事。

**訓練日期**：2015年5月 - 2016年2月 (共32節)

**參加資格**：年齡8至17歲 (以2015年1月1日計算) 及具備草地滾球的基本技術。

**名額**：每個訓練基地開設一至二班，每班6人。

**費用**：遞交報名表格時**毋須繳付任何費用**，經甄選成功後方需繳交全年訓練費用，每位\$600。

**報名手續**：填妥報名表格，連同一個貼上 \$1.7郵票的回郵信封親遞或郵寄：  
香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓2010室「香港草地滾球總會」  
辦公時間：星期一至五 (9:30am-1pm, 2pm-6pm)

**獎勵**：完成整個課程(即達到八成或以上出席率)及經評核合格的學員將獲頒發合格證書，表現優異者更有機會被挑選加入青苗精英隊或地區精英隊。

**截止報名日期**：2015年3月20日 (星期五)

香港草地滾球總會  
2015年2月

查詢：香港草地滾球總會

電話：2504 8252 網頁：www.hklba.org/new