



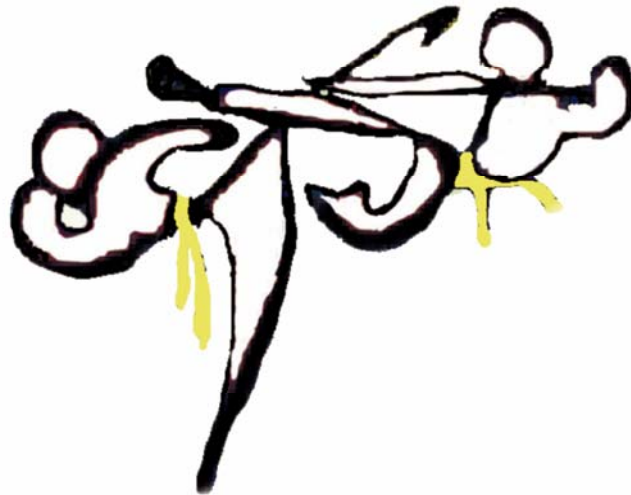
香港跆拳道協會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2011 跆拳道(黃帶)訓練班

(適合初學者參加)



宗旨：發揚跆拳道之傳統武術精神，並以現代化之教學方法，將跆拳道這項世界性之武術體育運動傳授及推廣給各兒童及青少年們。

對象：8 歲至 25 歲 (男女均可)

課程：練習跆拳道之基本馬步、拳擊、腿擊、套拳及培育德、智、體、群之精神。(適合初學者參加)

名額： 每班 30 名(先到先得，額滿即止)

學費： \$ 120 (12 堂)

上課服裝：跆拳道道袍或運動服均可

跆拳道級別劃分

初學者稱為顏色帶，由白、黃、黃綠、綠、綠藍、藍、藍紅、紅、紅黑共分九級，按級晉升；至紅黑帶後如在品行及技術上有良好表現者，就可被提升至黑帶段位級，但十五歲以下考獲黑帶段位者稱為品段。

黑帶學員經繼續進修鑽研，可參加更高黑帶段位試；五段或以上稱為師範級，而最高可被提升至黑帶十段。

課程日期詳情

編號	地點	課程日期	上課日期	上課時間
Y001	花園街體育館	7月3, 10, 17, 24, 31日 8月7, 14, 21, 28日 9月4, 11, 18日	逢星期日	上午 09:00 - 上午 11:00
Y002	九龍城體育館	7月2, 9, 16, 23, 30日 8月6, 13, 20, 27日 9月3, 10, 17日	逢星期六	上午 11:00 - 下午 01:00
Y003	馬鞍山體育館	7月6, 13, 20, 27日 8月3, 10, 17, 24, 31日 9月7, 14, 21日	逢星期三	下午 08:00 - 下午 10:00
Y004	東涌文東路體育館	7月8, 15, 22, 29日 8月5, 12, 19, 26日 9月2, 9, 16, 23日	逢星期五	下午 06:00 - 下午 08:00
Y005	石硤尾公園體育館	7月13, 18, 20, 25, 27日 8月1, 3, 10, 15, 17, 22, 24日	逢星期一 及 星期三	下午 01:00 - 下午 03:00

報名及繳費辦法：

可親臨或以劃線支票連同回郵信封及填妥之報名表格，寄回香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 2012 室香港跆拳道協會，辦理有關報名事宜。支票抬頭『香港跆拳道協會有限公司』。

查詢詳情：

香港跆拳道協會，電話 2504 8116

註：你所提供的資料只用於本會與合辦機構的康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交申請表後，如欲更改或查詢你申報的個人資料，可與本會聯絡，電話：2504 8116。

如遇惡劣天氣，請注意以下事項：～

- (一) 懸掛或改掛一號風球 -- 照常上課
- (二) 懸掛或改掛三號風球/紅色暴雨警告訊號 -- 照常上課
- (三) 懸掛 8 號或以上風球/黑色暴雨警告訊號 -- 不用上課 (恕不另行補課)
- (四) 黃帶考試將安排於第 12 堂舉行。

2011 跆拳道(黃帶)訓練班
(適合初學者參加)
~ 報名表 ~

(A) 參加者姓名：_____ (中文) _____ (英文)

性別：_____ 年齡：_____ 出生日期：_____

聯絡人電話：_____ 如有意外請即致電話：_____

參加者身份/出生證明文件號碼：_____ (英文字連首 3 個數目字)

通訊地址：_____

(B) 年滿十八歲或以上的參加者須填寫此聲明：

本人証明在本表格內所提供之資料皆正確無訛，並明白及願意遵從上課時守則。

我聲明：我的健康及體能良好，適宜參加上述活動。如果我因本人的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦及相關機構無須負責。

參加者簽署_____ 日期_____

(C) 未滿十八歲的參加者，須由家長/監護人填寫此聲明：

我聲明：_____ (參加者姓名)的健康及體能良好，適宜參加上述活動。如果參加者因他/她的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦及相關機構無須負責。

家長/監護人姓名 _____ 家長/監護人簽署 _____

日期_____

請在參加之課程編號旁之方格加上✓號。課程日期內請閱覽 『課程日期詳情』

請✓選擇編號	編號	地點	上課日期
	Y001	花園街體育館	逢星期日
	Y002	九龍城體育館	逢星期六
	Y003	馬鞍山體育館	逢星期三
	Y004	東涌文東路體育館	逢星期五
	Y005	石硤尾公園體育館	逢星期一及星期三