



中國香港啦啦隊總會

## 2012 年競技啦啦隊初級教練班

1. 內容：
  - 1). 競技啦啦隊教學方法
  - 2). 啦啦隊比賽動作及比賽規則
2. 統籌：陳永康先生（中國啦啦隊總會執行委員會主席）
3. 導師：本會資深教練團任教
4. 上課日期：2012 年 7 月 20 至 22 日(星期五至日)  
詳情請參閱附件 – 課程時間表
5. 費用：非會員 – 折扣價港幣\$1,800 元（包括考試費，原價\$3,800）  
會員 – 折扣價港幣\$1,500 元（包括考試費，原價\$3,500）  
註：
  - i. 為了更有效地在本港推動啦啦隊運動，本會現特調低收費以便讓更多年青人參與。
  - ii. 如個別會員因經濟困難原因，未能繳付訓練班費用，可考慮由所屬教練/學校推薦，向總會申請以墊支形式參加，於將來任總會訓練班時方扣除相關費用！詳情可由所屬總會教練或學校老師向總會查詢。
  - iii. 如非會員參加者即時申請會籍，可享會員優惠。
6. 報名日期：**即日起至 2012 年 7 月 5 日(星期四)止**；名額 30 名！
7. 資格：年滿 18 歲之體育教師、體操教練、啦啦隊運動員或啦啦隊運動愛好者均歡迎參加。年滿 16 歲但未足 18 歲人士亦可申請，但合格後只可擔任助教工作。相關教練資格需於年滿 18 歲經總會審核後方可獲確認，
8. 報名方法：
  - 1). 將已填妥之報名及入會表格(如欲即時入會)傳真(3914 9027)或電郵(cfhkemail@gmail.com)至本會，然後將表格正本連同費用支票(抬頭：「**中國香港啦啦隊總會有限公司**」，支票背面請寫上參加者姓名及聯絡電話，恕不接受郵寄現金)，郵寄至香港灣仔告士打道郵政信箱 28687 號，中國香港啦啦隊總會收。
  - 2). 將報名費用存入本會渣打銀行戶口 429-0-076618-9，然後將已填妥之報名及入會表格(如欲即時入會)連同入帳記錄單副本傳真(3914 9027)、電郵([cfhkemail@gmail.com](mailto:cfhkemail@gmail.com))或郵寄(地址見 8.1 項)至本會。
9. 備註：
  - 1). 取錄與否，本會將於 7 月 13 日(星期五)或前以電郵通知；一經取錄，所有費用概不發還，敬請留意！
  - 2). 學員出席 80% 以上方可參加考試，否則需重新報讀課程！
  - 3). 如學員在該節課堂遲到或早退合共 15 分鐘或以上，作缺席論！
  - 4). 考試合格者可獲實習教練資格，在完成實習後獲發正式證書。

中國香港啦啦隊總會

查詢：電話: 2527 9288

傳真: 3914 9027

電郵: [cfhkemail@gmail.com](mailto:cfhkemail@gmail.com) / [cfhk@cfhk.org](mailto:cfhk@cfhk.org)

郵寄地址：香港灣仔告士打道郵政信箱 28687 號，中國香港啦啦隊總會



## 2012 年競技啦啦隊初級教練班

### 報名表格

相  
片

姓 名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_ 性別： \_\_\_\_\_

出生日期： \_\_\_\_\_ 年齡： \_\_\_\_\_ 身份証號碼： \_\_\_\_\_

聯絡電話： \_\_\_\_\_ 電郵地址： \_\_\_\_\_

地 址： (中文) \_\_\_\_\_

(英文) \_\_\_\_\_

辦 事 處： (名稱) \_\_\_\_\_

(地址) \_\_\_\_\_

(電話) \_\_\_\_\_

曾參與啦啦隊活動/教學工作之經驗

年份/月份	活 動 / 比 賽 名 稱

#### 責任聲明

本人謹此聲明：

1. 本人身體健康及強健，並明白此訓練/比賽/活動性質、要求及相關風險下自願參加此項訓練/比賽/活動。本人將會遵守中國香港啦啦隊總會之一切活動/比賽守則及決定，且願意自行承擔所有責任。本人謹此豁免中國香港啦啦隊總會及有關人士或活動相關機構對本人在訓練/賽事/活動進行中或因此而引起之任何傷亡及損失負上任何責任，並放棄任何有關之權利、索償及追究行動。
2. 本人所提供的資料正確，並准許中國香港啦啦隊總會使用本人所提供之資料、以及在活動期間所拍攝本人的照片或影片作為本活動及未來活動宣傳之用。

日期： \_\_\_\_\_

申請人簽署： \_\_\_\_\_

請填妥以下地址標籤，以便本會在有需要時作郵遞用途。

姓名： \_\_\_\_\_

姓名： \_\_\_\_\_

地址： \_\_\_\_\_

地址： \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 2012 年競技啦啦隊初級教練班

### 課程時間表

日期	時間	內容	地點
20/7/2012 (星期五)	1830 - 2130	總會簡介、啦啦隊歷史演變、運動元素、教練態度	佛教茂峰法師 紀念中學 (天水圍天柏路 18 號)
21/7/2012 (星期六)	0930 - 1230	安全理論和動作介紹	
	1400 - 1800	安全保護、翻騰與特技疊羅漢等技巧介紹及練習	
22/7/2012 (星期日)	0930 - 1200	理論、實習總複習	佛教茂峰法師 紀念中學 (天水圍天柏路 18 號)
	1400 - 1600	理論考試	
	1600 - 1800	實習考試	

註：如課程安排需要調動，以本會最終決定為準。