

JOCKEY CLUB COMMUNITY SUSTAINABILITY FUND –
賽馬會社區持續抗逆基金 –
YOUTH JUDO TRAINING PROGRAMME
青少年柔道訓練課程

課程簡介

「賽馬會社區持續抗逆基金—青少年柔道訓練課程」是由賽馬會慈善信託基金捐助，中國香港柔道總會主辦。目的在於向本地青少年推廣柔道運動，並讓他們在短期有規律的訓練中，提升體能及身體的協調性，養成良好的運動習慣，舒展身心。本課程共開設6班初階班、4班延續班及4班進階班。

參加資格

初階班 – 年齡於9至16歲
(從未學習柔道者或低收入家庭人士優先)

延續班 – 年齡9至16歲
(從未學習柔道者或低收入家庭人士優先。出席率達85%的同學將獲發“課程參加證書”)

進階班 – 年齡9至16歲
(參加者須完成延續班課程或參加過中國香港柔道總會或其屬會舉辦的柔道課程，出席率達85%並通過考核的同學將獲發“合格證書”，而未通過考核的同學將獲發“修業證書”)

*參加者可同時報名參加三個階段的課程
初階班、延續班每班限額20人，進階班每班限額15人。名額有限，先到先得，報完即止。

報名費用：全免

*每位參加者均可獲[防疫包]一份，T-shirt一件。
而同時參加延續班及進階班的參加者將獲柔道袍一套。

報名方法

參加者可通過以下網址：
<https://forms.gle/6UxXLv94LemcQp1V8>
或填妥報名表格，寄或交回：中國香港柔道總會
香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓1024室
查詢電話：2504 8363 網址：<http://www.hkjudo.org/>

初階班 (5堂)

課程內容

- HH1 坑口體育館 14:00–16:00 (星期六) (9–12歲)
11月28/ 12月5, 12, 19/ 2021年1月2日
- YU1 楊屋道體育館 19:00–21:00 (星期六) (9–12歲)
11月28/ 12月5, 12, 19/ 2021年1月2日
- KP1 九龍公園體育館 16:00–18:00 (星期日) (9–12歲)
11月29/ 12月13, 20, 27/ 2021年1月3日
- TW1 荃灣西約體育館 19:00–21:00 (星期五) (13–16歲)
11月27/ 12月4, 11, 18/ 2021年1月8日
- YW1 源禾路體育館 19:00–21:00 (星期四) (13–16歲)
12月3, 10, 17/ 2021年1月7, 14日
- YO1 友愛體育館 15:00–17:00 (星期六) (13–16歲)
11月28/ 12月5, 12, 19/ 2021年1月2日

延續班 (10堂)

課程內容

- HH2 坑口體育館 14:00–16:00 (星期六) (9–12歲)
2021年1月9, 16, 23, 30/ 2月6, 20, 27/ 3月6, 13, 20 日
- KP2 九龍公園體育館 16:00–18:00 (星期日) (9–12歲)
2021年1月10, 17, 24, 31/ 2月7, 21, 28/ 3月7, 14, 21日
- YU2 楊屋道體育館 19:00–21:00 (星期六) (13–16歲)
2021年1月9, 16, 23, 30/ 2月6, 27/ 3月6, 13, 20, 27日
- YW2 源禾路體育館 19:00–21:00 (星期四) (13–16歲)
2021年1月21, 28/ 2月4, 25/ 3月4, 11, 18, 25/ 4月1, 8日

進階班 (15堂)

課程內容

- HH3 坑口體育館 14:00–16:00 (星期六) (9–12歲)
2021年3月27/ 4月10, 17, 24/ 5月8, 15, 22, 29/
6月5, 12, 19, 26/ 7月3, 10, 17日
- KP3 九龍公園體育館 16:00am–18:00 (星期日) (9–12歲)
2021年3月28/ 4月4, 11, 18, 25/ 5月2, 9, 16, 23, 30/
6月6, 13, 20, 27/ 7月4日
- YU3 楊屋道體育館 19:00–21:00 (星期六) (13–16歲)
2021年4月10, 17, 24/ 5月8, 15, 22, 29/
6月5, 12, 19, 26/ 7月3, 10, 17, 24日
- YW3 源禾路體育館 19:00–21:00 (星期四) (13–16歲)
2021年4月15, 22, 29/ 5月6, 13, 20, 27/
6月3, 10, 17, 24/ 7月8, 15, 22, 29日

*上堂時間及地點可能會受天氣或其他因素影響而有所變動
坑口體育館及九龍公園體育館可能轉至將軍澳區內學校；
源禾路體育館及楊屋道體育館可能轉至深水埗區內學校。

**報名
表格**

JOCKEY CLUB COMMUNITY SUSTAINABILITY FUND –
YOUTH JUDO TRAINING PROGRAMME
賽馬會社區持續抗逆基金 – 青少年柔道訓練課程

每張表格可同時報名多個課程

參加班別編號：_____

☐ 是否正接受相關政府的財政援助

☐ 是否曾學習過柔道

姓名：(中文) _____

(英文) _____

性別：_____ 年齡：_____ 出生日期：_____

身高：_____ 體重：_____

聯絡電話：_____

電郵地址：_____

地址：(中文) _____

(英文) _____

本人_____已獲家長或監護人同意參加由中國香港柔道總會主辦，賽馬會慈善信託基金捐助的【賽馬會社區持續抗逆基金—青少年柔道訓練課程】。

閣下所提供的資料，只限本會與捐助機構的柔道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，可與本會職員聯絡。

家長或

監護人姓名：_____ 簽署：_____

日期：_____

參加者在收到中國香港柔道總會發出的確認信後，需填妥參加者聲明。完成後報名方為有效。