



香港仔街坊福利會 主辦



中國香港體操總會 協辦

## 2008 年長者普及體操導師證書課程

1. 課程內容 : 本課程旨在指導學員認識長者普及體操及其教學法。普及體操為一項以增進健康為目的之非比賽性體操活動，參加者利用不同類型之器械及遊戲，或可配合音樂進行適合自己年齡及體能之團體活動。  
課程包括普及體操歷史簡介、體操與音樂的配合及運用，長者生理變化及肌動發展、演出設計及編排等。
2. 導師 : 張小燕教授, MH                      中國香港體操總會 主席  
              李中建先生                      中國香港體操總會 普及體操召集人  
              鄧煥詩小姐                      中國香港體操總會 藝術體操香港隊教練
3. 授課語言 : 廣東話
4. 上課日期 : 2008 年 7 月 25 日至 2008 年 9 月 12 日 (逢星期五)
5. 課堂 : 8 堂 (包括筆試及實習考試)
6. 上課時間 : 6:30pm - 9:30pm
7. 上課地點 : 信義會禾峯信義學校 (沙田禾峯邨)
8. 費用 : 會員: 港幣玖佰元正 (HK\$900.00)  
              非會員: 港幣壹仟元正 (HK\$1,000.00)
9. 資格 : - 年齡十八歲或以上 及  
              - 有志從事普及體操運動之人士 或 經執委會及技術委員會推薦
10. 報名日期 : 即日起至 2008 年 7 月 14 日
11. 報名方法 : 填妥報名表後，連同劃線支票，抬頭『中國香港體操總會』，回郵信封一併寄回銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1002 室。
12. 查詢辦法 : 請於辦公時間內致電 2504 8233 與本會職員聯絡。
13. 備註 : (1) 一經取錄，所有費用概不發還。  
(2) 學員出席率須達 80% 方可參加考試；筆試及實習試合格者必須在一年內完成 20 小時實習及取得第一級運動通論課程證書後，可獲發「普及體操導師證書」乙張。  
(3) 獲取錄者，將於開班前一星期接獲收據。  
(4) 本章程如有未盡善之處，本會擁有最終解釋權。



香港仔街坊福利會社會服務中心 主辦 中國香港體操總會 協辦

相片  
(不貼相片, 恕不受理)

# 2008 年長者普及體操導師證書課程

## 報名表格

會員：編號 \_\_\_\_\_  已於報名時同時申請  非會員

請以 (✓) 表示。

姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

性別：\_\_\_\_\_ 男 / 女 \_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_

電話：(日間) \_\_\_\_\_ (手提) \_\_\_\_\_

電郵：\_\_\_\_\_ 職業：\_\_\_\_\_

\*參加者如是學生，請列明學校名稱及年級

地址：(中文) \_\_\_\_\_

(英文) \_\_\_\_\_

體操經驗及資歷 (請列明學校名稱、社團、年份、性質) 如不敷應用，請另紙填寫。

備註：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、日後聯絡及活動意見調查之用。在遞交表格後，如欲更改或查詢個人資料，請與本會職員聯絡。

### 健康聲明

我聲明：\_\_\_\_\_ (申請人姓名) 的健康及體能良好，適合參加上述活動。如申請人因他/她的疏忽或體能欠佳而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構概不負責。如果本人在活動期間發生任何意外，本人授權總會全權決定是否送本人到醫院接受治療。貴會或教練無須就本人的人身傷害及其他一切損失負上任何責任。

申請人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

請填寫下列回郵地址，以便郵遞。多謝合作！

請夾附：

1. 已填妥之報名表及簽署聲明
2. 已貼上 \$1.4 郵票之回郵信封
3. 已簽署之劃線支票，

抬頭：「中國香港體操總會」，並於支票背面寫上學員姓名、課程名稱及聯絡電話。

姓名：\_\_\_\_\_

地址：\_\_\_\_\_