

主辦：



資助：



2022 - 2023

青苗柔道培訓計劃(第 1 期)

宗旨：

透過有系統的訓練及多元化的專項測試，發掘具潛質的青少年參與香港青苗柔道培訓計劃，作進一步培訓。表現優異者，將有機會代表香港參與比賽。

參加資格：

參加者年齡必需介乎 14 歲至 20 歲，以第一班開課時間計算；

修畢《柔道新星發展計劃》並持有四級（橙帶）或以上。

備註：如於中國香港柔道總會主辦之個人比賽獲優異成績者，將獲優先考慮入選。

甄選日期及地點：

甄選日期	甄選時間	甄選地點
2022 年 6 月 26 日(星期日)	下午 2 時 - 下午 6 時	花園街體育館 2 號活動室

甄選詳情：

(1) 獲以下成績者，可增加甄選評核分數 —

由中國香港柔道總會主辦之下列比賽獲前 3 名；

- 「2021 年香港校際柔道錦標賽」（2021 年 11 月 28 日）；
- 「2021 年香港青少年柔道錦標賽」（2021 年 11 月 27 日）；
- 「第 65 屆體育節-香港青少年柔道錦標賽 2022」（2022 年 5 月 29 日）

有關成績請在報名表格內的〈柔道經驗〉欄內註明。

(2) 參加者必須參加柔道技術及身體素質測試。

(3) 其他柔道經驗將作參考之用。

課程內容：

本課程先著重改善參加者的柔道技巧，並通過瞭解參加者的技術特性及個人性格；加強體能訓練、教授比賽技巧及共同制定目標。透過研討會、集訓營、本地比賽等提升參加者之柔道潛質及增強技術。課程由資深合格教練負責，定期集中訓練及進行軟性測試，觀察參加者的進度。

上課詳情： 全期訓練共 18 課

上課地點： 旺角花園街體育館 10 樓 2 號活動室

上課時間： 逢星期日，下午 4 時至 6 時

上課日期：

2022 年	7 月 3, 10, 31 日
	8 月 7, 21, 28 日
	9 月 4, 18, 25 日
	10 月 2, 9, 16, 23, 30 日
	11 月 13, 27 日
	12 月 18 日
2023 年	1 月 8 日

備註：主辦機構有權就活動場地、教練、上課日期及時間等作出調配，參加者不得異議。

每一階段訓練名額：20 人

教練： 由中國香港柔道總會安排高級教練任教

獎勵： 完成課程及經評核合格的學員可獲頒發證書，評核內容以學員的柔道潛質和技術、出席率、上課表現及紀律為主。

報名日期： 即日起至 2022 年 6 月 23 日

費用： 參加甄選費用全免；

全期課程費用為港幣\$350 元。

甄選合格者遞交表格時須以支票繳付課程費用，支票抬頭「中國香港柔道總會」。

（郵寄：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1024 室）

如有查詢，請與本會職員聯絡，電話：2504 8360 / Email: hkjudo_mail@yahoo.com.hk。

備註：

1. 每人只填交一份報名表格，如有重覆遞交或虛報資料者，將被取消參加資格，所繳費用概不發還。
2. 如發現申請者不符合本計畫的要求，合辦機構有權取消該份申請。
3. 你必須在本報名表格提供所需個人資料。如果你未能提供所需個人資料，合辦機構可能無法處理你的申請而作棄權論。
4. 你提供的資料及身份證明號碼，只作報名、統計、日後聯絡、宣傳本會活動及當取消活動後處理退款時作為核實身份之用。你提供的個人資料，除獲本會授權職員外，將不會提供予其他人士。
5. 若要求更改或索取你申報的個人資料，可與本會職員聯絡。
6. 上課時間及地點將因應課程編排、場館維修或其他原因影響，作出適當安排。
7. 合辦機構保留修改章程的權利，參加者不得異議。
（參加者請保留本章程作日後參考之用）

同意書

本人同意 _____ (申請人姓名) 參加青苗柔道培訓計劃，並明白若虛報資料或重覆遞交報名表格，將被即時取消所有參加資格，所繳費用概不發還。申請人的健康及體能狀況良好，適宜參加上述活動。如果因本人的疏忽或健康狀況欠佳，引致參加該項活動時傷亡，合辦機構無須負責。

申請人簽署

日期

家長或監護人姓名：

家長或監護人簽署

日期

家長或監護人姓名：

與申請人的關係： _____ 要事聯絡電話： _____

未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此同意書