



香港跆拳道協會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2014 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 25 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

2014 跆拳道(黃帶)訓練班
(適合初學者參加)
~ 報名表格 ~

(A) 參加者姓名：_____ (中文) _____ (英文)

性別：_____ 年齡：_____ 出生日期：_____

聯絡人電話：_____ 緊急聯絡人姓名及電話：_____

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的守則。

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。

請✓選擇編號	編號	地點	上課日期 (時間)
	Y001	上水保榮路體育館	逢星期六 (3pm – 5pm)
	Y002	粉嶺聯和墟體育館	逢星期六 (4pm – 6pm)
	Y003	大埔墟體育館	逢星期六 (4pm – 6pm)
	Y004	屯門蝴蝶灣體育館	逢星期一 (6pm – 8pm)

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。

跆拳道(黃帶)訓練班詳情

編號	地點	課程日期	星期	時間
Y001	上水保榮路體育館 1號活動室	2014年 7月12, 19, 26日 8月2, 9, 16, 23, 30日 9月6, 13, 20, 27日	逢星期六	下午3時 - 下午5時
Y002	粉嶺聯和墟體育館 活動室	2014年 7月5, 12, 19, 26日 8月2, 9, 16, 23, 30日 9月6, 13, 20日	逢星期六	下午4時 - 下午6時
Y003	大埔墟體育館 大活動室	2014年 7月5, 12, 19, 26日 8月2, 9, 16, 23, 30日 9月6, 13, 20日	逢星期六	下午4時 - 下午6時
Y004	屯門蝴蝶灣體育館 活動室	2014年 7月7, 14, 21, 28日 8月4, 11, 18, 25日 9月1, 15, 22, 29日	逢星期一	下午6時 - 下午8時

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，信封面請註明〈2014 跆拳道(黃帶)訓練班〉。支票抬頭請註明：『香港跆拳道協會有限公司』。

查詢電話：2504 8137

註：你所提供的資料只用於本會主辦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，可致電 2504 8137 與本會職員聯絡。

如遇惡劣天氣，請注意以下事項：～

- (一) 天文台懸掛或改掛一號/三號風球，或發出紅色暴雨警告訊號，當日照常上課
- (二) 天文台於活動兩小時前發出或預告發出黑色暴雨警告訊號，或已懸掛 8 號或以上風球，當日課程取消，不用上課，恕不另行補課。
- (三) 黃帶考試將安排於第 12 堂進行。