

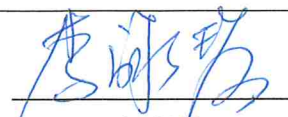
【花式跳繩訓練班__下學期】

各位家長：

學生除應注重課堂學習外，還應通過課外體育活動，拓展學生之體藝潛能。本校將安排花式跳繩訓練班（「香港花式跳繩學社」承辦），鍛鍊同學之意志、體魄，詳情如下：

訓練對象	本校小二至小三學生
訓練項目	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 正確跳繩姿勢 ➤ 不同初階花式跳繩技巧 ➤ 相關基礎體能訓練 ➤ 初階表演項目
訓練日期 及 訓練時間	<u>星期一 (2:45p.m.-3:45p.m.)</u> 1月14,21,28日 2月18,25日 3月4,11,25日 4月1,8日
收費	\$400 (共10節) (部分費用由學校資助)
訓練地點	本校有蓋操場
集合地點	本校有蓋操場
解散地點	本校地下A閘
服裝	學校運動服
負責老師	林詠恩老師
負責教練	張仲民教練資歷： <ul style="list-style-type: none"> ➤ 中國花式跳繩總會初級教練 ➤ 中國花式跳繩總會香港代表隊成員 2016
報名方法	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 請於11月28日(星期三)或之前按電子通告之連結報名或向林詠恩老師領取報名表填覆，以憑辦理。 ➤ 名額有限，如報名人數眾多，將以抽籤形式決定。
繳費日期	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學生將於11月29日(星期四)或之前收到繳費通知 ➤ 12月3日(星期一)前將費用交回學校。 #領取全額書簿津貼或綜援助者，可於收到繳費通知後申請賽馬會全方位學習基金減免活動費。
備註	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 練習期間，緊記聽從教練指示，確保安全。 ➤ 家長須確保貴子弟健康情況適宜參加訓練班，並知悉活動當天若貴子弟身體狀況不宜參加，應儘早向負責老師報告。

校長：



(李詠琴)

二零一八年十一月二十六日