



香港跆拳道協會 主辦



康樂及文化事務署 資助

『運動選才計劃 — 隊員招募 2011』 Pilot Scheme 2011

為培訓有潛質的青少年晉升為香港少年代表隊及提升比賽奪獎成績，因此特函招募隊員，內容如下：

1. **報名費用：** HK\$150 元正 (報名後不論理由恕不退回及不可轉名，敬請留意!)
2. **截止報名日期：**
2011 年 6 月 1 日(星期三) 中午十二時或前 (* 逾時概不接受報名及所有報名表格與有關文件等恕不接受傳真)。
3. **參加者必須符合以下資格：**
 - (a) 年齡必須於年滿 12 歲以上 至 15 歲以下
(出生日期為 1996 年 6 月 30 日 至 1999 年 7 月 1 日)
 - (b) 持協會紅帶或以上資歷 (須提交香港跆拳道協會 會員證內頁或品帶或黑帶細證副本，如在申請中請註明表格內。)
 - (c) 必須獲得有關屬會館長簽署推薦
4. **培訓日期：**第一期培訓：由 2011 年 7 月 12 日 至 2011 年 8 月 17 日 逢星期二及三
第二期培訓：由 2011 年 9 月 8 日 至 2012 年 2 月 16 日 逢星期二及四
5. **訓練前會議：**
訓練前會議日期：2011 年 6 月 8 日(參加者必須出席)
訓練前會議時間：晚上六時正(不論理由 不可遲到)
訓練前會議地點：深水埗北河街體育館 6 字樓 活動室
訓練前會議內容：講解培訓、甄選及分組事宜
6. **培訓大綱：** 體能訓練
跆拳道踢腿反應技術
跆拳道基本技術
跆拳道搏擊技術
跆拳道量力及速度
7. **甄選內容：** (1) 體能訓練

- (2) 踢速度
- (3) 跆拳道基本技術
- (4) 跆拳道搏擊
- (5) 上課時教練的評分
- (6) 出席率

8. 培訓階段：共分為 2 次培訓期

第一期培訓：由 2011 年 7 月 12 日 至 2011 年 8 月 17 日
逢星期二及三

註：第一期若人數足 60 人，將劃分 A 及 B 班，每班為 30 人。

第二期培訓：由 2011 年 9 月 8 日 至 2012 年 2 月 16 日
逢星期二及四

9. 海外交流活動：2011 年 10 月份及 2012 年 3 份將安排往國內作交流活動

10. 制服：

穿藍色的 T-Shirt 及道袍褲 (如有更改將另行通知!)

11. 參加量級見參加表格

12. 甄選：

(i) 遴選方法:

甄選初步運動員包括：

1. 將向各屬會招收運動員，每屬會均可以推薦符合資格運動員，
註：第一期若人數足 60 人，將劃分 A 及 B 班，每班為 30 人。
如參加人數超出 70 人(以 2 班總人數計算)將以先到先得方式招收；
2. 有關甄選團包括負責少訓教練或館長作出遴選。

(ii) 每期測試及遴選的內容

- (1) 體能訓練
- (2) 踢速度
- (3) 跆拳道基本技術
- (4) 跆拳道搏擊
- (5) 上課時教練的評分
- (6) 出席率 (每期出席總課程時間不少於 85%)

凡參加者完成第一次培訓期及測試合格者，方可接受第二次訓練，如此類推!

(iii) 訓練大綱及詳情:

第一期培訓：

(1) 第一期培訓期日期由由 2011 年 7 月 12 日份 至 2011 年 8 月 17 日

第一期本土培訓 訓練內容 訓練日期及時間及地點：

成績發佈：2011 年 8 月 22 日

2011 年 7 月 12 日 至 2011 年 8 月 17 日	時間:	組訓練 內容	地點
第一期培訓			
逢星期二及三	下午 1 時 至下午 3 時	一般技術訓練	北河街體育館
		跳繩訓練	
		反應靶操練及控制對練	
		對戰訓練	
		體能訓練	
		步法訓練	

第二次培訓：

(1) 必須合格第一期訓練測試

(2) 第二期培訓期日期由 2011 年 9 月 8 日 至 2012 年 2 月 16 日

(3) 將安排往國內技術交流活動(暫定)

(4) 將安排往國內或海外習訓 (暫定)

如有任何更改安排，一切以香港跆拳道決定為準備

第二期本土培訓 訓練內容 訓練日期及時間及地點：

2011 年 9 月 8 日 至 2012 年 2 月 16 日	時間	A 及 B 組訓練 內容	地點
第二期培訓			
逢星期二及四	下午 6 時 至下午 8 時	一般技術訓練	石硤尾公園體育館
		跳繩訓練	
		加強反應靶操練及 控制對練	
		加強對戰訓練	
		可強體能訓練	
		步法訓練	

註：以上活動資料如有任何更改或爭議一切均以香港跆拳道協會決定為準！

注意事項：

- 1) 活動前 2 小時懸掛 8 號或以上風球/黑色暴雨警告訊號，有關報到及甄選日期將會順延。
有關參加者所繳交之報名費用概不退還，如有任何查詢可電本協會 2504 8116；
- 2) 以上所報名表內填報之資料，一切必須如實申報及有任何遺漏或虛報一經發現，本會有權取消其有關參賽資格，有關報名費概不退回。如填報之虛假資料者除取消參賽資格外，將交由技術委員會處理。
- 3) 參加者提交報名表時必須連同 (a) 香港跆拳道協會的色帶證或品段副本
(b) 由香港跆拳道協會 申請的 國技院品證或黑帶段證 副本 (如發現虛報將不接受申請及不退回相關費用
(c) 香港身份證副本 (d) 相片 2 張 及 報名費 150 元正 (每期出席總課程時間如少於 85%，有關費用，恕不退回)。
- 4) 以上如有任何更改及爭議恕不另行通知，一切均以香港跆拳道協會決定為準!
如有任何查詢，請致電 2504 8116 與本協會聯絡。

此 致
各屬會館長

技術委員會總監
李偉雄 謹啓
二零一一年四月六日

『運動選才計劃 — 隊員招募 2011』

Pilot Scheme 2011

截止報名日期：2011 年 6 月 1 日(星期三) 下午五時或前

(甲)姓 名 (中 文)

(英 文)

(A) Name in Chinese _____ English _____

出生日期 _____ 日 _____ 月 _____ 年 _____ 屬 會 名 稱

Date of Birth _____ D _____ M _____ Y Association _____

年齡 _____ 聯絡電話 _____

緊急人電話號碼

Age _____ Telephone _____ Urgent Person Contact No. _____

高度 Height _____ CM 體重 Weight _____ KG

現 有 級 別

色帶會員証編號

Present Grade Held : _____ Membership Card No : M _____

香港跆拳道協會品段/黑帶證編號

現有段位

HK Taekwondo Assn Poom/ Dan Cert. No. _____ Present Grade Held _____

通 訊 地 址

Correspondence Address _____

如有意外，請即知會

關係

In case of Emergency, Please notify _____ Relationship _____

***1. 必須持本協會紅帶或以上資歷 及年齡亦必須為 12 歲以上至 15 歲以下，方可參加。

『參加者如持有其他品段證均必須如實填寫申報』

(乙) 聲明

本人証明在本表格內所提供之資料皆正確無訛，並明白遵守香港跆拳道協會守則。

本人完全承擔一切在測試/訓練進行中而遭受之人身損傷或死亡，主辦機構無需負責。

本人遵守跆拳道之宗旨及規則及條例

參加者簽署 _____ 日 期 Date _____

如參加者之年齡在二十一歲以下，須由家長簽署以下同意書：

本人完全承擔一切小兒/小女在測試/訓練進行中而遭受之人身損傷或死亡，主辦機構無需負責。

家長姓名 _____ 家長簽署 _____

請在所屬量級方格加上✓號

量 級 Weight Category	☐ 男子組 BOY'S GROUP 12 歲以上至 15 歲以下 (出生日期為 1996 年 6 月 30 日 至 1999 年 7 月 1 日) 重量
☐ FIN 鰭量級	27 公斤以上 — 31 公斤以下
☐ FLY 蠅量級	31 公斤以上而不超過 34 公斤
☐ BANTAM 雛量級	34 公斤以上而不超過 37 公斤
☐ FEATHER 羽量級	37 公斤以上而不超過 39 公斤
☐ LIGHT 輕量級	39 公斤以上而不超過 42 公斤
☐ WELTER 沉量級	42 公斤以上而不超過 44 公斤
☐ LIGHT MIDDLE 輕中量級	44 公斤以上而不超過 47 公斤
☐ MIDDLE 中量級	47 公斤以上而不超過 50 公斤
☐ LIGHT HEAVY 輕重量級	50 公斤以上而不超過 54 公斤
☐ HEAVY 重量級	54 公斤以上而不超過 62 公斤

請在參加之課程編號旁之方格加上✓號

量級	☐ 女子組 GIRL'S GROUP 12 歲或以上至 15 歲以下 (出生日期為 1996 年 6 月 30 日 至 1999 年 7 月 1 日) 重量
☐ FIN 鰭量級	27公斤以上 — 30公斤以下
☐ FLY 蠅量級	30公斤以上— 32公斤以下
☐ BANTAM 雛量級	32公斤以上— 34公斤以下
☐ FEATHER 羽量級	34公斤以上— 37公斤以下
☐ LIGHT 輕量級	37公斤以上— 40公斤以下
☐ WELTER 沉量級	40公斤以上— 43公斤以下
☐ LIGHT MIDDLE輕中量級	43公斤以上— 46公斤以下
☐ MIDDLE 中量級	46公斤以上— 49公斤以下
☐ LIGHT HEAVY輕重量級	49公斤以上— 52公斤以下
☐ HEAVY 重量級	52公斤以上— 60公斤或以下

館長姓名 _____ 館長簽名 _____

日期：_____

致:香港跆拳道協會

『運動選才計劃 — 隊員招募 2011』 Pilot Scheme 2011

入隊健康情況申報表

姓名：_____ 屬會：_____

如參加者曾患有以下疾病，請在適當的方格內加【X】記號及列出詳情：

(如不適用，不需要填寫)			患病時年齡	疾病資料
1	六磷酸葡萄糖脫氫酶缺乏症(G6PD)			
2	哮喘			
3	羊癇			
4	高熱引致抽搐			
5	腎病			
6	心臟病			
7	糖尿病			
8	聽覺不健全			
9	血友病			
10	貧血			
11	其他血病			
12	藥物敏感			
13	疫苗敏感			
14	食物敏感			
15	其他敏感			
16	肺結核			
17	小手術			
18	大手術			
19	其他(如以上有任何更改，請盡早通知本機構)			
20	包括但不限於任何對運動有影響的事宜或從運動引致身體不適			

聲明

未滿二十一歲的參加者，須由家長/監護人填寫此聲明：

參加者家長 / 監護人必須清楚此部份內容，並加以簽署責任聲明。

本人現謹聲明 敝子弟_____身體健康及體能良好，適宜參加此項運動。倘 敝子弟遇有意外或急病，本人授權 貴會送予政府診所或 貴會作主延聘醫生診治，醫藥費由本人負擔，並證明上列所報病歷屬實。如果 敝子弟因個人疏忽或健康或體能欠佳，而引致參加該項運動時有所損傷或意外或傷亡， 貴主辦機構則無須負責。

家長 / 監護人簽署：_____ 日期：_____