



## 2021-22暑期保齡球訓練班

- 宗旨** : 推廣保齡球運動，教授正確動作及技術，增加公眾對保齡球運動的興趣及認識
- 日期** : 本期訓練班於二零二零年七月至八月舉行
- 課程內容** : 擺臂及完成動作、握球手勢及伸延方向、企位及箭頭目標鎖定、起步準備動作、一步/二步/四步助走及時機練習
- 參加資格** : 少年初班及中班 (8歲-12歲) / 青年初班及中班 (13歲-18歲) / 成人初班及中班 (19歲以上)  
初班 - 適合從未接觸過或初學保齡球之人士 (從未參加本會課程將會優先取錄)  
中班 - 適合已完成「保齡球訓練班(初班)」或 已能掌握基礎保齡球技術之人士
- 報名費** : \*\$270(少年初班) / \$330(少年中班) / \$270(青年初班) / \$330(青年中班) / \$370(成人初班) / \$420(成人中班)  
\*如以支票繳費，請每一參加者參加每一班均以獨立一張支票繳附每班費用  
\*以上報名費不包括租鞋費用  
\*經確認被取錄者報名費將不會因任何原因退回
- 名額** : \*\*每班人數最多十二人，額滿即止\*\*  
如每班人數不足一半，該班將會取消  
最終本會將以電郵確認取錄資格

### 課程資料

#### 少年初班 (8歲-12歲)

課程編號	日期	時間	地點
JE-21A	7月 19, 26, 29日; 8月 2, 5, 9日	一 1030 - 1230 四 1500 - 1700	雷霆保齡 (紅磡黃埔花園八期螢幕圈地庫B1)
JE-21B	7月 12, 15, 22, 26, 29日; 8月 2日	一、四 1030 - 1230	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
JE-21C	7月 19, 21, 30日; 8月 9, 11, 13日	一、三、五 1000 - 1200	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
JE-21D	7月 14, 16, 21, 23, 28, 30日	三、五 1400 - 1600	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))

#### 少年中班 (8歲-12歲)

課程編號	日期	時間	地點
J1-21A	8月 12, 16, 19, 23, 26, 30日	一 1030 - 1230 四 1500 - 1700	雷霆保齡 (紅磡黃埔花園八期螢幕圈地庫B1)
J1-21B	8月 9, 12, 16, 19, 23, 26日	一、四 1030 - 1230	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
J1-21C	8月 16, 18, 20, 23, 25, 27日	一、三、五 1000 - 1200	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
J1-21D	8月 10, 15, 17, 22, 24, 29日	二、日 1400 - 1600	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))



## 青年初班(13歲-18歲)

課程編號	日期	時間	地點
YE-21A	7月 19, 26, 29日; 8月 2, 5, 9日	一 1300 - 1500 四 1700 - 1900	雷霆保齡 (紅磡黃埔花園八期螢幕圈地庫B1)
YE-21B	7月 13, 16, 20, 23, 27, 30日	二、五 1030 - 1230	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
YE-21C	7月 19, 21, 30日; 8月 9, 11, 13日	一、三、五 1200 - 1400	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
YE-21D	7月 14, 16, 21, 23, 28, 30日	三、五 1600 - 1800	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))

## 青年中班(13歲-18歲)

課程編號	日期	時間	地點
YI-21A	8月 12, 16, 19, 23, 26, 30日	一 1300 - 1500 四 1700 - 1900	雷霆保齡 (紅磡黃埔花園八期螢幕圈地庫B1)
YI-21B	8月 10, 13, 17, 20, 24, 27日	二、五 1030 - 1230	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
YI-21C	8月 16, 18, 20, 23, 25, 27日	一、三、五 1200 - 1400	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
YI-21D	8月 10, 15, 17, 22, 24, 29日	二、日 1600 - 1800	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))

## 成人初班 (19歲以上)

課程編號	日期	時間	地點
AE-21A	8月 7, 8, 14, 15, 21, 22日	六、日 1100 - 1300	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
AE-21B	8月 7, 8, 14, 21, 28, 29日	六、日 1400 - 1600	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
AE-21C	8月 7, 8, 14, 15, 21, 22日	六 1400 - 1600 日 1100 - 1300	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))

## 成人中班 (19歲以上)

課程編號	日期	時間	地點
AI-21A	8月 28, 29日; 9月 4, 5, 11, 12日	六、日 1100 - 1300	南華體育會保齡球場 (香港銅鑼灣加路連山道88號)
AI-21B	9月 4, 5, 11, 12, 18, 19日	六、日 1400 - 1600	荃灣迪高保齡球館 (荃灣荃灣花園商場一樓)
AI-21C	8月 28, 29日; 9月 4, 5, 11, 12日	六 1400 - 1600 日 1100 - 1300	富豪保齡球場 (沙田富豪花園商場二樓))



香港保齡球總會 主辦

康樂及文化事務署 資助



## 2021-22 暑期保齡球訓練班 報名表

只供部門填寫 For Official use Only

Ref No.	Received Time & Date
---------	----------------------

姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_ (請用正楷)

性別：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_\_ 出生日期(日/月/年)：\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ 香港身份證號碼：\_\_\_\_\_

通訊地址：\_\_\_\_\_

電郵地址：\_\_\_\_\_ (\*主要聯絡方法，必須以正楷清楚填寫\*)

聯絡電話：(住宅) \_\_\_\_\_ (手提電話) \_\_\_\_\_

緊急聯絡人：(姓名) \_\_\_\_\_ (電話) \_\_\_\_\_

選擇班別：	費用：	付費方式：
(1)	\$	1. 現金 ；或 2. 銀行支票號碼 ( _____ )  *請刪去不適用者
(2)	\$	
(3)	\$	
(4)	\$	
	共\$： _____	

現附上報名費港幣 \*\$270(少年初班) / \$330(少年中班) / \$270(青年初班) / \$330(青年中班) / \$370(成人初班) / \$420(成人中班)

\*如以支票繳費，請每一參加者參加每一班均以獨立一張支票繳附每班費用

\*以上報名費不包括租鞋費用

\*經確認被取錄者報名費將不會因任何原因退回

### 責任聲明：

本人(參加者姓名) \_\_\_\_\_ 的健康及體能良好，並適宜參與上述訓練課程，若因本人疏忽、健康或體能欠佳而引致訓練時傷亡，主辦機構則無需負任何責任。

日期

參加者簽署

家長/監護人簽署 (未滿18歲參加者適用)

備註：閣下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，可與本會職員聯絡。

**報名手續**：郵寄報名 - 請填妥報名表，選擇參加之班別，連同劃線銀行支票(抬頭請寫**HONG KONG TENPIN BOWLING CONGRESS LIMITED**)寄回香港保齡球總會(地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓2004室)，**請每一參加者參加每一班均以獨立一張支票繳附每班之費用** 或  
親身報名 - 請於辦公時間(星期一至五: 1030-1800)蒞臨本會辦公室以現金或支票報名(額滿即止。所有報名以本會收到報名表格日期為準。資料不全，恕不受理。)

**取錄通知**：本會將於開課前三天以電郵形式確認參加者之上課資格。若開班前尚未收到任何電郵通知，可致電本會查詢。

**查詢辦法**：電話：2891 9786 傳真：2575 2145 網址：[www.hktbc.org.hk](http://www.hktbc.org.hk) 電子郵件：[hktbc@netvigator.com](mailto:hktbc@netvigator.com)

**注意事項**：

- 1) 學員欲取證書，請於完成訓練班後向本會索取(出席率必須達75%或以上方可獲得證書)。
- 2) 如收生人數不足六人，該課程將告取消。
- 3) 如課程額滿或收生不足而未被取錄，參加者所遞交之報名表及支票將於截止報名後兩個月被銷毀而不作另行通知。
- 4) 報名一經接納，所繳費用概不退還。已獲分配之課程不得更改。
- 5) 如香港天文台於活動舉行前兩小時內發出八號或以上熱帶氣旋警告信號/黑色暴雨警告信號/八號預警，當日課程即告取消，補課安排將另行通知。如在活動舉行前兩小時已取消上列信號，課堂將照常舉行。
- 6) 本章程如有未盡善之處，本會可隨時修改，恕不另函通知。