

2025年暑期青少年田徑訓練班

學員須知

1. 學員必須依時(9:00am)到場，**7月30日第一堂課須9:00am前到場報到及領取制服。**
2. 授課日期：7月30日及8月1、6、8、13、15、20、22、27及29日，上午9:00至中午12:00。
3. 學員上課必須穿著訓練班制服及運動短褲、運動鞋。如遺失制服者則須報教練登記，付手續費\$50領取號碼布及自備白色背心或T恤方可繼續上堂（運動短褲、運動鞋及釘鞋等自備，鞋釘長度不可超過7mm）。
4. 請勿攜帶大量金錢及貴重物品到場地，如有遺失概不負責。
5. 訓練期間必須遵守教練及工作人員之指示，不得擅自離開，有事應向當值教練請假。
6. 訓練中如遇身體不適，應儘快通知教練及工作人員。
7. 訓練期間請自備食水飲用，上課前勿進食過量食物。
8. 訓練期間注意安全，尤以擲類項目，不要嬉戲。
9. 如需重新選擇訓練項目，須在前三堂課內確定，當確定項目後，不得擅自轉班。
10. 訓練期間，如缺席三堂課或以上而無充分理由即失去最後測試資格。
11. 通過訓練班練習及測試，及經教練認可，將有機會進入深造班繼續練習。
12. 如遇下列天氣情況，訓練暫停，課程取消：

天文台懸掛**8號或以上風球**。

天文台懸掛**紅色或黑色暴雨警告**。

〔註：距離上課時間前兩小時，天文台已除下以上警告，訓練照常。如遇三號風球或黃色暴雨或雷暴警告訊號懸掛時，家長可視乎天氣及安全情況而安排子女出席。因天氣影響而取消之訓練課將不予補回，學員只需依照下一課之訓練時間到運動場便可。〕

深水埗運動場位置及交通指引

地鐵：荔枝角地鐵站 A 出口 > 長沙灣方向約100米

