

# 暑期泳班2017

# 暑期泳班2017

I/O : 411401839

本村游泳池現正進行大革新，我們正改裝本村的游泳池成為室外暖水池，泳池可全年運作。有見及此，本中心將會舉辦恆常的游泳班，讓學員可全年享受游泳帶來的樂趣。

本村將引入本會兒童青少年游泳獎勵計劃，讓學員游得更有目標，亦讓家長更清晰掌握學員的學習進度。

## 課程特色

本會兒童青少年游泳獎勵計劃是參照世界各地的基督教青年會(YMCA)現行之兒童青少年游泳獎勵計劃加以改良，目的是鼓勵5-15歲之兒童及少年會友有系統地學習各種游泳技術。泳班會分為多個級別，學員在教練的指導，循序漸進地學習各種游泳技巧。教練會於每一期訓練班完結時為學員作出評核，以確定其晉升級別。

## 上課地點

鳥溪沙青年新村有蓋游泳池 (現正改裝為室外暖水池)



## 兒童青少年游泳獎勵計劃各級別進度

班別	目標獎章	參加資格	學習內容
初級一班	魚苗章	完全不識游泳者	克服懼水心理/閉氣5秒/水中呼吸/輔助浮身/持板踢腳/仰浮/俯浮/水中滑行
初級二班	水獺章	已考獲魚苗章/ 可扶持浮身5秒	仰浮/俯浮/進入水中/ 捷泳手腳配合/捷泳5米
初級三班	海豹章	已考獲水獺章/ 能做閉氣捷泳5米	捷泳呼吸/捷泳手腳及呼吸配合/ 捷泳10米捷呼吸/仰浮踢腳5米
中級一班	海豚章	已考獲海豹章/能做仰浮 踢腳5米及捷泳10米捷呼吸	滾跳/捷泳25米/背泳手腳配合/背泳5米
中級二班	飛魚章	已考獲海豚章/能游 捷泳25米及背泳5米	滾跳/踏水/背泳10米/捷泳50米
中級三班	泳員章	已考獲飛魚章/能游 捷泳50米及背泳10米	滾跳/踏水/前滾翻/背泳25米/捷泳75米
高級一班	一星章	已考獲泳員章/能游 捷泳75米及背泳25米	潛泳5米/踏水/捷泳75米/背泳50米/ 蛙泳基本動作(划手及踢腳)
高級二班	二星章	已考獲一星章/能游捷泳75 米及背泳50米及蛙泳基本 動作(划手及踢腳)	蛙泳手腳及呼吸配合/蛙泳25米/ 背泳起跳/捷泳及背泳各100米
高級三班	三星章	已考獲二星章/能游捷泳 及背泳各100米，蛙泳25米	捷泳轉身/蛙泳50米/蝶泳腳部及 腰部技術/捷泳及背泳各150米

## 課堂學習進程

第一課	第二課	第三課	第四課	第五課	第六課	第七課	第八課
水試及分班	學習該級別之課程內容					學習評估	重溫

# 暑期泳班2017

# 暑期泳班2017

**費用 \$720(25/8 或之前報名) \$800(26/8 或之後報名)**

組別(課程編號)	日期	星期	時間	組別	名額
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A1)	7月: 7, 10, 12, 14, 17, 19, 21, 24  補課日期: 7月28,28日	一、三、五	1: 1000-1050	初	18位
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A2)			2: 1100-1150	初	
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A3)			3: 1400-1450	初	
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A4)			4: 1500-1550	初、中	
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A5)			5: 1600-1650	初、中	
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A6)			6: 1700-1750	中	
暑期游泳班2017 - 1A (4H401839-1A7)			7: 1800-1850	中、高	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B1)	7月: 4, 6, 11, 13, 18, 20, 25, 27  補課日期: 7月31日(星期一) 8月1日(星期二)	二、四	1: 1000-1050	初	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B2)			2: 1100-1150	初	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B3)			3: 1400-1450	初	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B4)			4: 1500-1550	初、中	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B5)			5: 1600-1650	初、中	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B6)			6: 1700-1750	中	
暑期游泳班2017 - 1B (4H401839-1B7)			7: 1800-1850	中、高	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C1)	7月: 8, 15, 22, 29  8月: 5, 12, 19, 26  補課日期: 9月2,9日	六	1: 1000-1050	初	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C2)			2: 1100-1150	初	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C3)			3: 1400-1450	初	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C4)			4: 1500-1550	初、中	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C5)			5: 1600-1650	初、中	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C6)			6: 1700-1750	中	
暑期游泳班2017 - 1C (4H401839-1C7)			7: 1800-1850	中、高	

**費用 \$720(23/7 或之前報名) \$800(24/7 或之後報名)**

組別(課程編號)	日期	星期	時間	組別	名額
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A1)	8月: 4, 7, 9, 11, 14, 16, 18, 21  補課日期: 8月23,25日	一、三、五	1: 1000-1050	初	18位
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A2)			2: 1100-1150	初	
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A3)			3: 1400-1450	初	
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A4)			4: 1500-1550	初、中	
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A5)			5: 1600-1650	初、中	
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A6)			6: 1700-1750	中	
暑期游泳班2017 - 2A (4H401839-2A7)			7: 1800-1850	中、高	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B1)	8月: 3, 8, 10, 15, 17, 22, 24, 29  補課日期: 8月30日(星期三) 8月31日(星期四)	二、四	1: 1000-1050	初	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B2)			2: 1100-1150	初	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B3)			3: 1400-1450	初	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B4)			4: 1500-1550	初、中	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B5)			5: 1600-1650	初、中	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B6)			6: 1700-1750	中	
暑期游泳班2017 - 2B (4H401839-2B7)			7: 1800-1850	中、高	



# 暑期親子泳班2017

## 備註

I/O : 411401839

### 課程特色

課程以師生比例不多於五對父/母親及幼兒之小組形式進行教授，由資深游泳教練任教，並按學員程度及進度個別作出指導，適合六歲或以下之幼兒及父/母親參加(每位幼兒至少需有一家長一同報名參加)。由於每組人數少，教練將親自示範及教授如何與幼兒作水上活動，父母更容易理解。

### 上課地點

烏溪沙青年新村有蓋游泳池 (現正改裝為室外暖水池)

### 費用

每位\$440(25/6 或之前報名) 每位\$520(26/6 或之後報名)

組別(課程編號)	日期	星期	時間	名額
暑期親子游泳班2017 - 1F (411401839-1F1)	7月: 9, 16, 23, 30	日	1 : 1400 - 1450	8對
暑期親子游泳班2017 - 1F (411401839-1F2)	8月: 6, 13, 20, 27		2 : 1500 - 1550	
暑期親子游泳班2017 - 1F (411401839-1F3)	補課日期: 9月3,10日		3 : 1600 - 1650	



### 注意事項

1. 所有暑期游泳班可於2017年6月1日起接受報名。所有報名手續必須最少於上課前一星期辦妥，恕不接受即日報名即日學。
2. 請小心選擇課程，確認後將不能更改上課時間。如收生人數不足，本村保留取消任何申請的權利，而有餘的報名費將會退還申請人。
3. 學員報名後學員恕不退還。如有特別情況，本村保留一切之更改權利而不作任何通知。
4. 學員需於上課前15分鐘到本村辦事處門口集合，並必須在第一課時出示正式收據以茲辨別。
5. 學員必須穿著合適泳裝出席游泳課。
6. 學員必須於課堂上遵守教練一切守則，教練以學員安全為理由，有權停止不守紀律之學員繼續上課。
7. 出席率達六堂或以上之學員，均可於游泳班最後一課領取出席證書，以茲鼓勵。惟本村不會按個別學員簽發證明信件。
8. 學員已包括上課時段入場費，學員下課後不可停留在游泳池範圍內。

### 暴雨警告訊號及強風訊號之安排

1. 如於課前兩小時天文台已發出3號風球或以上、紅色、黑色暴雨警告等天氣因素而引致不適宜進行課堂，該課亦即告取消，補課將會另行安排。
  2. 天文台於上課時間內懸掛紅色、黑色暴雨訊號，所有已開課的課班仍須繼續上課，教練會視乎安全情況而安排特別課；如天文台除下紅色、黑色暴雨訊號，課班將在二小時後恢復上課。
  3. 天文台於上課時間內懸掛3號、8號或以上強風訊號所有課班停課。
  4. 天文台除下3號或以下強風訊號，游泳班將在二小時後恢復上課。
  5. 如遇上惡劣天氣或其他特別天氣因素等，本村將再作適當安排。
- \*上述受天氣影響之課程將安排補堂，全場本村安排最多兩堂補課。補課詳情由本會職員或教練另行通知。除特別公佈外，所有公眾假期照常上課。

