

主辦機構：



Hong Kong Rope Skipping Academy

香港專業花式跳繩學校

贊助機構：



【飛越啟德】初級花式跳繩教練班 2023（甲部） （中國香港跳繩總會認可）

宗旨

提升教練個人技術質素，為考取初級跳繩教練班打好基礎

報名資格

凡對花式跳繩有興趣者及 16 歲或以上（以出生年份計算）均可報名參加

名額

15 名（先到先得）

費用

\$1,200 元正（包括個人拍子繩一條及 T-shirt 一件）

（成功考取合格者，將獲「飛越啟德」贊助之 \$300 獎學金）

導師資歷

中國香港跳繩總會認可之高級教練

語言

主要以廣東話教授

課程內容

教授基本跳繩技術（單人繩、雙人繩、長繩及交互繩）

課程資料

| 內容 | 日期 | | 時間 | 地點 |
|----|-----------|-----|---------------|-----------|
| 上堂 | 11 月 1 日 | 星期三 | 19:00 – 22:00 | 沙田區康文署體育館 |
| | 11 月 8 日 | 星期三 | | |
| | 11 月 15 日 | 星期三 | | |
| | 11 月 22 日 | 星期三 | | |
| 考試 | 11 月 29 日 | 星期三 | | |

主辦機構：



Hong Kong Rope Skipping Academy

香港專業花式跳繩學校

贊助機構：



考試

首四堂出席率超過 70%的學員才獲資格安排第五堂的考試，考試內容：

1. 個人繩
2. 雙人繩
3. 大繩
4. 交互繩

證書（共兩種類，敬請留意）

- 學員考試合格後，可獲得由香港專業花式跳繩學校及飛越啟德運動基金共同頒發的「初級花式跳繩技術出席證書」。
- 學員考試合格後，同時可獲得由中國香港跳繩總會所頒發的「初級跳繩技術證書」，取得初級技術證書後，可參加「初級跳繩教練班」，考取正式初級跳練教練牌照。

報名方法

由即日起至 2023 年 10 月 24 日，填妥網上報名表格 <http://coach.hkrsa.asia/>

天氣安排

如天文台於課堂舉行兩小時前，發出或考慮發出「八號或以上風球」或「黑色暴雨警告信號」，當日之課堂將會延期，日期另行通知。（天文台查詢電話：1878200）

其他

本校保留章程最後修改及解釋權