

學校體育推廣計劃 - 聯校單車訓練計劃章程**(2017/18 學年第一及第二期)**

1. 宗旨： 本計劃旨為有潛質並有志提升單車技術水平的學員，提供持續及有系統的訓練，藉以提升香港學界單車運動的水平。
2. 參加資格：
 - a. 申請人必須為 9 歲或以上的中小學學生（年齡以開班日期計算）
 - b. 本計劃是一項進階課程，參加者必須具備基礎單車技巧及達到指定水平，由教練或老師推薦方可報名參加。
 - c. 參加者必須出席由中國香港單車總會（單車總會）安排的技術測試，通過評核及表現優秀的申請人可獲接納參加聯校單車訓練課程。
3. 名額： 每班 20 人。
4. 課程安排： 每期課程共 8 節，每節 3 小時（全期共 24 小時）。
5. 報名日期： 由即日起至 2017 年 10 月 20 日（如郵寄以郵戳為準）。

6. 課程日期及時間：

課程編號	日期	費用	時間	地點
CY/ST/17-18/01	2017 年 11 月 4、18 日 2017 年 12 月 2、9、16、23 日 2018 年 1 月 6、13 日	\$205	逢星期六 下午 3 時 30 分至 6 時 30 分	集合地點： 小瀝源路遊樂場 歷奇單車場
CY/ST/17-18/02	2018 年 1 月 20、27 日 2018 年 2 月 3、10 日 2018 年 3 月 3、10、17、24 日	\$205		訓練地點： 沙田及馬鞍山區單車徑

7. 技術測試安排： 技術測試將安排於每期課程的第一堂進行，如申請人曾參加聯校單車訓練計劃，可豁免技術測試。
 - a. 技術測試範圍及內容由單車總會釐訂，測試項目包括：15 秒頻率測試（座地單車機）及 9 分鐘頻率測試（座地單車機）。
 - b. 如參加人數超出名額，單車總會有權另行安排技術測試的日期及時間。
 - c. 申請人須穿著運動服裝及運動鞋，並帶同附有照片及出生年份之有效證明文件（例如：手冊、學生證等）出席。如未能出示有關證明文件，單車總會有權拒絕為申請人進行技術測試。
 - d. 單車總會將於技術測試當天即時通知申請人是否獲得取錄；而暫未被取錄者將會按成績排序，列入候補名單。如有正選學員退出，將由候補名單上的申請人補上。
8. 課程內容： 包括理論、基本技術、體能及比賽模擬訓練等。

9. 教練： 由單車總會安排資深教練任教。
10. 器材： 器材由單車總會提供。
11. 獎勵： 出席率達 80%或以上的學員，可將獲康文署頒發出席證書以資鼓勵。
12. 報名表格： 申請人可向學校索取或在下列網頁下載。
(康文署網址: <http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html>)
(中國香港單車總會有限公司網址: <http://www.cycling.org.hk/>)
13. 報名須知：
- 所有參加聯校單車訓練計劃之申請人須以個人名義參加。
 - 申請人須於 **2017 年 10 月 20 日前**(以郵戳日期為準),將填妥的報名表格, 連同繳交報名費用的劃線支票(抬頭書「The Cycling Association of Hong Kong, China Limited」,背面清楚寫上學校及申請人名稱),遞交或寄回「沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 1 樓」學校體育推廣小組收。信封面請註明「聯校單車訓練計劃」, **逾期申請恕不受理。**
 - 如申請人最終未獲取錄,單車總會將退回支票予申請人。
 - 如報名人數不足,主辦機構有權取消該課程。
 - 如活動舉行前兩小時,天文台發出 3 號或以上熱帶氣旋警告、黃色、紅色或黑色暴雨警告信號,或教育局宣布停課,或於活動當日環境保護署公布一般監察站錄得該區空氣質素健康指數達「嚴重」水平(即 10+級),當日活動即告取消,所有取消之課堂均不設退款。如場地許可,單車總會將盡量安排補堂。如當天天氣不穩定,請聯絡負責教練查詢有關訓練之安排。
14. 查詢電話： 中國香港單車總會：2504 8172 或 2504 8241
康樂及文化事務署：2601 7608