



2024-25 初級公路單車訓練班報名表格

(將軍澳單車館及將軍澳單車徑)

目的：推廣公路單車並教導基本控制單車技術

- 課程大綱：
- 1) 認識公路單車結構, 個人裝備, 安全守則及基本維修知識
 - 2) 控車技巧
 - 3) U-turn 練習及急彎前加速技術
 - 4) 變速器使用和原理

班別	課堂日期	地點	時間	截止報名日期	抽籤日期
初班一 (ELE-1)	9月7日(星期六)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	2/8/2024	5/8/2024
	9月14日(星期六)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	9月21、28日(星期六)		09:00 – 12:00		
初班二 (ELE-2)	9月8日(星期日)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	2/8/2024	5/8/2024
	9月15日(星期日)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	9月22、29日(星期日)		09:00 – 12:00		
初班三 (ELE-3)	11月9日(星期六)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	4/10/2024	7/10/2024
	11月16日(星期六)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	11月23、30日(星期六)		09:00 – 12:00		
初班四 (ELE-4)	11月10日(星期日)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	4/10/2024	7/10/2024
	11月17日(星期日)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	11月24, 12月1日(星期日)		09:00 – 12:00		
初班五 (ELE-5)	1月4日(星期六)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	6/12/2024	9/12/2024
	1月11日(星期六)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	1月18、25日(星期六)		09:00 – 12:00		
初班六 (ELE-6)	1月5日(星期日)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	6/12/2024	9/12/2024
	1月12日(星期日)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	1月19、26日(星期日)		09:00 – 12:00		
初班七 (ELE-7)	3月2日(星期日)	將軍澳單車館	09:00 – 11:00	31/1/2025	3/2/2025
	3月9日(星期日)	將軍澳單車徑	09:00 – 11:00		
	3月16、23日(星期日)		09:00 – 12:00		

*訓練班時間如有更改，將以中國香港單車總會有限公司公佈為準。

報名費 - 港幣\$320 - 包括\$170 報名費及\$150 裝備租借費用#(如有需要)



中國香港單車總會有限公司主辦



康樂及文化事務署資助



- 參加資格：
- 1) 身高 150cm 或以上
 - 2) 12 歲或以上
 - 3) 懂踏兩輪單車的人士均歡迎報名參加

名額分配： 每班 15 人

如報名人數超額，將以抽籤形式分配名額，按各班別指定抽籤的日期於中午 12:00 假香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1015 室進行抽籤，抽籤結果將於同日以電郵公佈。

- 報名方法：
- 親臨遞交或郵寄至「香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1015 室」。所需資料如下：
- 報名表
 - 劃線支票 (抬頭請寫上「中國香港單車總會有限公司」，背面寫上參加者姓名，每個班別請以獨立支票繳付報名費) 及
 - 如需收據請提供貼上 \$2.2 面值郵票的回郵信封 [以郵戳日期為準]

查詢電話及網頁： 2504 8173 www.cycling.org.hk



中國香港單車總會有限公司主辦



康樂及文化事務署資助



2024-25 初級公路單車訓練班報名表格

個人資料 (請以正楷填寫)

姓名: (中文) _____ (英文) _____ 性別: 男 M / 女 F

聯絡電話: _____ 出生日期: _____

電郵地址(會方將以電郵方式確認報名及發放訓練班資訊): _____

緊急聯絡人: _____ 電話: _____ 關係: _____

選擇班別: 請於適當的方格內加上✓號

班別	課堂日期	銀行及支票號碼	截止報名日期	收據號碼 (由職員填寫)
初班一 (ELE-1)	2024 年 9 月 7、14、21、28 日		2/8/2024	
初班二 (ELE-2)	2024 年 9 月 8、15、22、29 日		2/8/2024	
初班三 (ELE-3)	2024 年 11 月 9、16、23、30 日		4/10/2024	
初班四 (ELE-4)	2024 年 11 月 10、17、24 及 12 月 1 日		4/10/2024	
初班五 (ELE-5)	2025 年 1 月 4、11、18、25 日		6/12/2024	
初班六 (ELE-6)	2025 年 1 月 5、12、19、26 日		6/12/2024	
初班七 (ELE-7)	2025 年 3 月 2、9、16、23 日		31/1/2025	

備註 :

- 如活動舉行前兩小時已發出黑色暴雨警告信號/八號預警/八號或以上熱帶氣旋警告信號，在香港單車館舉行的單車訓練班將會取消，將另行安排補堂。
- 報名一經確定，所繳報名費概不發還。若因為未能預計的因素，包括及不限於場館因社會運動，或疫情下等特殊狀況而臨時關閉等，導致課堂未能如期舉行時，該課堂將被取消而不作改期或補課安排，而被取消的課堂亦不會有退款的安排。
- 課程以廣東話授課。

《聲明》

本人明白單車活動皆為極高危項目，有可能導致嚴重人身損傷或死亡。本人聲明本人身體狀況適合及具備足夠訓練、能力及裝備，參與活動。如使用者因個人疏忽或健康及體能上的不足而導致受傷或死亡，本人明白中國香港單車總會有限公司(“總會”)將無需為上述參加者在活動中遭受的任何傷害或死亡負責。本人明白及願意遵守總會所訂定之一切規則。若有違反，本人同意總會即時終止有關活動、要求賠償及取消本人活動資格之權利。本人鄭重聲明本人是自願參加活動，並願意自行承擔所有風險及責任。本人謹遵守總會會章。本人謹此豁免總會及其職員、僱員、代理人、自由工作者、志願工作者、獨立承辦人、所有贊助商、推廣人、支持活動之團體及任何有關之團體對於本人參加活動，包括但不限於疏忽及重大疏忽，所引致之疾病、人身受傷、死亡、經濟損失之任何法律責任，以及放棄任何有關之權利、索償及追究行動。本人已閱讀及了解總會上載於網頁上的私隱政策。本人向總會提供之個人資料屬自願性質，資料完整及確實無誤，總會無責任覆核資料，並不須對本人因資料錯誤或遺漏而引起之任何索償或損失負任何責任。本人接受及同意有關資料用於與此申請及其後相關安排之直接用途，包括資料之轉移及披露。任何資料如有更改，本人會立即提交書面通知總會處理。本人願意授權總會在毋須本人審查而可以使用本人的肖像、影像、聲線及個人資料作為活動籌辦及推廣之用。

閣下提供的資料，只作中國香港單車總會有限公司的活動報名事宜、統計、日後聯絡及活動意見調查之用，亦只限獲本會授權人員方可查閱有關資料作前述目的之用。遞交申請表後，如欲更正或查詢個人資料，請與本會職員聯絡。

參加者姓名		父母或監護人姓名	
參加者簽署		父母或監護人簽署	

(未滿 18 歲的參加者須由家長或監護人填寫此聲明)