

目錄

| | |
|--------------------|-----|
| 活動簡介 | 3 |
| 活動收費表 | 10 |
| 活動索引 | 19 |
| (1) 射箭 | 22 |
| (2) 田徑 | 24 |
| (3) 羽毛球 | 27 |
| (4) 棒球 | 29 |
| (i) 五人制棒球 | |
| (ii) 六人棒球 | 31 |
| (5) 籃球 | 33 |
| (6) 桌球 | 35 |
| (7) 健美 | 36 |
| (8) 拳擊 | 38 |
| (9) 獨木舟 | 40 |
| (10) 板球 | 44 |
| (11) 單車 | 46 |
| (i) 單車 | |
| (ii) 小輪車 (BMX) | 48 |
| (iii) 場地單車 | 50 |
| (12) 體育舞蹈 | 52 |
| (13) 龍舟 | 54 |
| (14) 舞龍及舞獅 | 58 |
| (15) 劍擊 | 59 |
| (16) 飛盤 | 61 |
| (17) 足球 | 65 |
| (18) 門球 | 66 |
| (19) 高爾夫球 | 67 |
| (20) 體操 | 68 |
| (i) 健美體操、競技體操、技巧體操 | |
| (ii) 藝術體操 | 70 |
| (21) 手球 | 72 |
| (i) 手球 | |
| (ii) 沙灘手球 | 73 |
| (22) 曲棍球 | 75 |
| (23) 柔道 | 76 |
| (24) 空手道 | 77 |
| (25) 小型賽車 | 78 |
| (26) 劍道 | 79 |
| (27) 合球 | 80 |
| (28) 棍網球 | 81 |
| (29) 草地滾球 | 83 |
| (30) 拯溺 | 84 |
| (31) 攀山及攀登 | 86 |
| (i) 運動攀登 | |
| (ii) 山藝 | 91 |
| (32) 泰拳 | 93 |
| (33) 投球 | 94 |
| (34) 野外定向 | 95 |
| (35) 賽艇 | 97 |
| (i) 賽艇 | |
| (ii) RowKids 賽艇計劃 | 100 |

| | | |
|------|----------------|-----|
| (36) | 欖球..... | 102 |
| (37) | 帆船..... | 104 |
| (38) | 足毽..... | 105 |
| (39) | 滑板..... | 106 |
| (40) | 壘球..... | 107 |
| (41) | 壁球..... | 108 |
| (42) | 乒乓球..... | 110 |
| (43) | 跆拳道..... | 112 |
| (44) | 網球..... | 113 |
| (45) | 保齡球..... | 115 |
| (46) | 三項鐵人..... | 117 |
| (47) | 排球 | |
| | (i) 排球..... | 120 |
| | (ii) 沙灘排球..... | 122 |
| (48) | 舉重及健力..... | 124 |
| (49) | 滑浪風帆..... | 125 |
| (50) | 武術..... | 127 |
| | 體育場地參觀..... | 129 |
| | 運動展覽..... | 131 |
| | 運動講座..... | 132 |
| | 運動獎勵計劃..... | 133 |
| | 運動領袖計劃..... | 138 |

報名表格

| | | |
|------|---------------------------------|-----|
| (1) | 運動示範—一般運動項目..... | 139 |
| (2) | 運動示範—小輪車(BMX)(香港賽馬會國際小輪車場)..... | 140 |
| (3) | 運動示範—拯溺..... | 141 |
| (4) | 運動示範—射箭／賽艇／RowKids 賽艇計劃／帆船..... | 143 |
| (5) | 運動示範、簡易運動計劃及外展教練計劃—飛盤..... | 145 |
| (6) | 運動示範及外展教練計劃—保齡球..... | 146 |
| (7) | 運動教育計劃—體育場地參觀..... | 147 |
| (8) | 運動教育計劃—運動展覽..... | 148 |
| (9) | 運動教育計劃—運動講座..... | 149 |
| (10) | 簡易運動計劃—一般運動項目..... | 150 |
| (11) | 簡易運動計劃—獨木舟..... | 151 |
| (12) | 簡易運動計劃及外展教練計劃—體育舞蹈..... | 152 |
| (13) | 外展教練計劃—一般運動項目..... | 153 |
| (14) | 外展教練計劃—獨木舟、龍舟、滑浪風帆和拯溺..... | 154 |
| (15) | 外展教練計劃—小輪車(BMX)..... | 155 |
| (16) | 外展教練計劃—賽艇／RowKids 賽艇計劃..... | 156 |
| (17) | 外展教練計劃—乒乓球持續發展訓練計劃(非校隊課程)..... | 157 |
| (18) | 外展教練計劃—乒乓球持續發展訓練計劃(校隊課程)..... | 158 |
| (19) | 運動獎勵計劃—學校約章..... | 159 |

附錄一 各體育總會及活動支票抬頭名稱..... 160

附錄二 學校免費使用計劃..... 163

附錄三 有關學校體育活動在惡劣天氣下的安排..... 164

附錄四 配合「空氣質素健康指數」學校體育活動的安排..... 165

附錄五 「利益衝突申報書」範本..... 166