



中國香港武術聯會有限公司  
HONG KONG, CHINA WUSHU UNION Ltd.

AFFILIATED TO  
INTERNATIONAL WUSHU FEDERATION  
WUSHU FEDERATION OF ASIA  
AND  
SPORTS FEDERATION & OLYMPIC  
COMMITTEE OF HONG KONG, CHINA

謹知會下述事項，祈為垂注。

1. 附上香港體育學院香港教練培訓委員會『運動教練理論入門課程』之2024年11月至12月上課日期表供參考。
2. 如有興趣參加，請於2024年9月27日或前先以電郵遞交報名表格後連同所需文件(包括「一級認可教練卡申請表」)及費用郵寄致中國香港武術聯會。報名程序將會採『先報先得，額滿即止』方式，最終視乎香港教練培訓委員會分配名額而定。
3. 重申上項訓練班乃香港教練培訓委員會負責之甲部課程(理論入門)，而中國香港武術聯會負責乙、丙及丁部課程(技術教學、理論及實習)。各教練需完成甲、乙、丙及丁部課程並經考核合格，方可正式成為該級之合格教練。

如有疑問，請致電 2504-8226 或電郵致 [hkwushuu@yahoo.com.hk](mailto:hkwushuu@yahoo.com.hk) 查詢。

專此奉達

各教練

中國香港武術聯會 謹啟

二零二四年八月三十日



香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑1號奧運大樓1017室  
ROOM 1017, OLYMPIC HOUSE, 1 STADIUM PATH,  
SO KON PO, CAUSEWAY BAY, HONG KONG



[hkwushuu@yahoo.com.hk](mailto:hkwushuu@yahoo.com.hk)



(852) 2504 8226



(852) 2577 5399



中國香港武術聯會 香港教練培訓委員會 合辦  
～ 運動教練理論入門課程 ～

- 上課日期： 2024 年 11 月至 12 月(請參閱附表)
- 上課模式： 於香港體育學院進行面授課堂及在網上學習平台” Blackboard” 進行網上錄像學習
- 報名日期： 至 2024 年 9 月 27 日。 先報先得， 額滿即止。
- 參加資格： 必須是中國香港武術聯會聯繫會員、並取得中國香港武術會第一級(乙及丙部)教練證書。如因受武聯開班時間影響而未能及時取得中國香港武術聯會第一級教練證書者， 請詳列教練資歷， 經武聯教練組審核同意方可報名。
- 報名手續： 請附上由中國香港武術聯會發出之第一級教練證書影印本。填妥本報名表格、一級認可教練卡申請表連同證書影印副本， 報名費及學費， 二吋正面證件相一張及回郵信封一個， 郵寄或交回香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1017 室香港武術聯會收。(支票抬頭請寫“中國香港武術聯會有限公司”，背面寫上“姓名及運動教練理論入門課程”)
- 報名費及學費： 報名費\$200， 學費\$1,100 合共\$1,300
- 評核及證書頒發： 課程評核方式為多項選擇題考試/習作，學員必須評估合格， 並出席率總時數達 80%(不得遲到或早退)， 方可獲頒授香港教練培訓委員會一級認可教練資歷。
- 課程銜接： 學員在完成課程後， 可進修香港教練培訓委員會舉辦的「運動教練理論基礎證書」課程。

## 運動教練理論入門課程

課程編號	課程日期	上課時間	考試/習作日期及時間
2024年			
第四十四班 (粵語)	<u>星期六、日面授課堂</u> 2024年11月9, 10, 30 12月1  <u>2024年11月11日至11月25日</u> 12小時網上錄像學習及完成 有關錄似習作	星期六及日： 下午2至6時	習作： 2024年12月3日(星期二) 至12月17日(星期二)
計劃開辦課程			(確實上課日期有待安排)
第四十五班 (粵語)	2025年1月至2月	逢星期六及日	有待確定

備註：

- 1) 上課模式 - 於香港體育學院2樓L2C室進行面授課堂及在網上學習平台"Blackboard"進行網上錄像學習
- 2) 課程大綱 -
  - (1) 運動概念
  - (2) 教練基本概念
  - (3) 傷殘人士及智障人士運動簡介
  - (4) 解剖與運動生理基本原理
  - (5) 動作分析
  - (6) 基本體適能及訓練原則
  - (7) 預防運動創傷基本原理
  - (8) 運動飲食
  - (9) 運動心理基礎原理
- 3) 修讀方式 - 共28小時(面授課堂16小時及網上錄像學習12小時)及習作
- 4) 授課語言 - 粵語，輔以英文專業用語
- 5) 各班名額有限，先報先得。一經報名，將不能取消學額。
- 6) 課程日期及上課地點，如有更改，以香港教練培訓委員會之最後決定為準。

主辦機構專用  
支票#  
收據#  
不接納

## 運動教練理論入門課程

相  
片

### 課程報名表

(本表格可影印使用)

擬選讀級別:

第一選擇 - 課程編號 : \_\_\_\_\_ 上課日期 : \_\_\_\_\_

第二選擇 - 課程編號 : \_\_\_\_\_ 上課日期 : \_\_\_\_\_

姓名 : \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_ (中文)

身份証號碼 : \_\_\_\_\_ 出生日期 : \_\_\_\_\_ 性別 : \_\_\_\_\_

會員/教練編號 : \_\_\_\_\_ 傳真 : \_\_\_\_\_

電子郵箱 : \_\_\_\_\_

通訊地址 : \_\_\_\_\_

電話 : (辦) \_\_\_\_\_ (住) \_\_\_\_\_

(其他) \_\_\_\_\_

學歷 :  小學  中學/職業先修  大專/大學

其他(請列明) \_\_\_\_\_

武術資歷 \_\_\_\_\_

\*\* 聲明 : 本人願意遵守主辦單位所訂之章程參加是次運動教練理論入門課程。如違反規則及不守紀律事情發生, 將被取消資格。

日期 : \_\_\_\_\_ 參加者簽署 : \_\_\_\_\_

姓名 : \_\_\_\_\_ | 姓名 : \_\_\_\_\_

地址 : \_\_\_\_\_ | 地址 : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_