

本會為香港業餘田徑總會屬下會員，多年來致力發展本港長跑、青少年田徑培訓及比賽，成績有目共睹。

本會每年暑假也在全港各區舉辦會員招募，部份場地更加設有幼兒組（2011-2013），訓練以基本技術、速度訓練及彈跳力為主。完成訓練後更可參加本會的定期訓練，備戰秋季及各區學界比賽。

對象：1999-2013 出生之青少年及幼兒

訓練內容：綜合田徑基礎訓練，全面發展身體素質及跑之基本技術、專門練習、爆發力、反應及耐力訓練，從而改善技術。

地點	日期	時間	師生比例	會費
小西灣運動場	星期一、四(17/7 - 17/8)	19:15-20:45	1:16 或以下	800 / 十堂
斧山道運動場	星期一、三(17/7 - 16/8)	19:00 - 20:30	1:16 或以下	800 / 十堂
沙田運動場	星期三、六(15/7 - 16/8)	(三) 19:00 - 20:30 (六) 18:30- 20:00	1:16 或以下	800 / 十堂
將軍澳運動場	星期一、三(17/7 - 16/8)	09:00 - 10:30	1:16 或以下	800 / 十堂
葵涌運動場	星期一、四(17/7 - 17/8)	15:30 - 17:00	1:16 或以下	800 / 十堂
九龍灣運動場	星期四、日(20/7 - 20/8)	(四)16:30-18:00 (日)18:15 - 19:45	1:16 或以下	800 / 十堂
青衣運動場	星期三、五 (14/7 - 16/8)	(三) 19:15-20:45 (五) 19:15-20:45	1:16 或以下	800 / 十堂
上水運動場	星期三、六(15/7 - 16/8)	9:00-10:30	1:16 或以下	800 / 十堂
香港仔運動場	星期一、三(17/7 - 16/8)	19:00-20:30	1:16 或以下	800 / 十堂
高士威運動場 A	星期一、三(17/7 - 16/8)	19:00-20:30	1:16 或以下	800 / 十堂
高士威運動場 B	星期一、三(17/7 - 16/8)	17:15-18:45	1:16 或以下	800 / 十堂

備註：於公眾人士使用時間內進行之訓練將集中訓練徑賽項目，不會使用其他場內設施。

會員精班訓練（小班教學課程及跳遠專項）：

地點	日期	時間	師生比例	會費
巴富街運動場	星期一、五(17/7 - 25/8)	(一)1645-1815 (五)17:45-1915	1:12 或以 下	1320 / 十二堂

備註：星期一為公眾人士使用時間，只可作跑項訓練，星期五租用場地，部份課可訓練跳遠，可作全面綜合訓練

教練團成員

葉啟德	香港田徑隊教練及本會總教練，多年來曾訓練出多位香港冠軍及香港紀錄保持者，包括亞洲鐵人李致和、長跑王后陳敏儀，男、女子 800 米紀錄保持者李燕儀及梁達威，03 年獲頒發香港最佳教練獎及 13 次獲選香港精英教練獎。2015 及 2016 年獲田總頒發香港最佳教練獎金獎			
廖雅儀	國際一級教練，100 米跨欄曾排名香港前五名			
余凱然	國際一級教練，國際一級裁判，跳遠曾排名香港前十名，曾打破港九學界第一組別丙組跳遠紀錄			
姚慧君	國際一級教練，前 10000M 青年紀錄及田總最佳青年運動員	許愷雯	前香港接力隊成員，100 米曾香港排名第六	
鄭騫	香港長跑好手，本會資深教練國際一級教練	霍連珠	中國全國運動會三金得主，前中國國家隊成員	

本會精英運動員簡介

運動員姓名	開始訓練年齡	個人成就
陳胤霖 (23 歲)	9 歲	多項分齡紀錄 亞洲中學生田徑比賽 200M 冠軍，2013 年東亞運動會及全國運動會代表 現就讀日本東海大學跟隨亞洲頂級教練高野進先生進行訓練。
盧嘉琳 (21 歲)	9 歲	2012 及 2013 年香港 100M 全港青年排名第一，2012 田徑總會最佳青年運動員， 2012 年亞洲青年田徑紀錄錦標賽 4x100 米第五名 2013 年世界少年田徑錦標賽香港代表 2015 年全國青年青港代表
潘幸慧 (19 歲)	7 歲	400 米香港青年紀錄保持者(57 秒 3)，以歷來最小年紀(14 歲)打破 400 M 香港青年紀錄 2015 年亞洲少年田徑錦標賽 100 米冠軍 2012/13/14/15 年度 香港業餘田徑總會傑出青年運動員獲香港業餘田徑總會提名角逐 2015 年度 SAMSUNG 香港傑出青年運動員
殷愷桐 (21 歲)	7 歲	2012 年亞洲青年紀錄錦標賽 4x100 米第五名，全港小學學界女子 100M 乙組紀錄(13.92)，多次代表香港出賽。
陳佩琦 (17 歲)	10 歲	2015、2016 年度年田總最佳青年運動員 2015 年全國少年錦標賽 200M 第一名 2016 年亞洲青年田徑錦標賽女子 100M 亞軍 女子 100M 香港青年紀錄(11 秒 85)
梁依婷 (19 歲)	8 歲	2016 港九中學田徑學界(Division1)100 米冠軍 全國少年田徑錦標賽 4x100M 銅牌
林安琪 (25 歲)	10 歲	第七屆亞洲室內田徑錦標賽 60 米第八名

報名方法

請將 **1.報名表格填妥 2.支票 (抬頭:飛達田徑會有限公司)**，郵寄到「沙田火炭村 74 號地下」。

報名表格一經收取後，報名費將不獲退回，參加者將會收到本會之電郵通知。

※ 如練習前一小時發出紅色或以上暴雨警告訊號、八號颱風訊號或以上，訓練將會取消而不設補課。

※ 如因場地問題（如保養、維修或封場）以致課堂取消，本會則安排補課。 ★所有學員將獲發跑衫褲 一套。

※ 如有興趣聘請私人教練(私人小組或學校教練)，歡迎致電本會查詢 ★如出席率達 80%將獲頒證書一張以作鼓勵。

飛達暑期短期田徑會員培訓計劃 2017 報名表

中文姓名				英文姓名		
性別	男 / 女	出生年份		聯絡電話		
地址				電郵地址		
訓練場地						
家長或監護人姓名				家長或監護人簽署		
家長或監護人電話				日期		

聲明: 謹此聲明本人完全明瞭上述訓練的性質及體適能要求，並願意遵守有關規則。

本人亦願意承擔自身的意外風險及責任；如不幸因上述訓練而導致任何損失或傷亡，無權向飛達田徑或有關人士索償或追討責任。