



# HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

電郵

## 香港跳水隊訓練營

2019年11月至2020年6月

致香港跳水隊隊員(由各屬會轉交):

於2020年1月至6月，因九龍公園泳池將進行維修，本會特此安排各隊員到**中山體育訓練學校**進行訓練，詳情如下:

### 第一次

集訓日期:	由2019年11月22日至24日 (共3日)
出發日期及時間:	2019年11月22日(星期五)下午5時30分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2019年11月24日(星期日)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400元正

### 第二次

集訓日期:	由2019年12月6日至8日 (共3日)
出發日期及時間:	2019年12月6日(星期五)下午5時30分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2019年12月13日(星期日)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400元正

### 第三次

集訓日期:	由2019年12月13日至15日 (共3日)
出發日期及時間:	2019年12月13日(星期五)下午5時30分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2019年12月15日(星期日)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400元正

### 第四次

集訓日期:	由2019年12月24日至31日 (共8日)
出發日期及時間:	2019年12月24日(星期二)上午9時00分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2019年12月31日(星期二)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$1400元正

### 第五次

集訓日期:	由2020年1月10日至12日 (共3日)
出發日期及時間:	2020年1月10日(星期五)下午5時30分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020年1月12日(星期日)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400元正

### 第六次

集訓日期:	由2020年1月17日至19日 (共3日)
出發日期及時間:	2020年1月17日(星期五)下午5時30分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020年1月19日(星期日)約下午3時30分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400元正



# HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

## 第七次

集訓日期:	由 2020 年 1 月 31 日至 2 月 2 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 1 月 31 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 2 月 2 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第八次

集訓日期:	由 2020 年 2 月 14 日至 16 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 2 月 14 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 2 月 16 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第九次

集訓日期:	由 2020 年 2 月 21 日至 23 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 2 月 21 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 2 月 23 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十次

集訓日期:	由 2020 年 2 月 28 日至 3 月 1 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 2 月 28 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 3 月 1 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十一次

集訓日期:	由 2020 年 3 月 6 日至 8 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 3 月 6 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 3 月 8 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十二次

集訓日期:	由 2020 年 3 月 20 日至 22 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 3 月 20 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 3 月 22 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十三次

集訓日期:	由 2020 年 3 月 27 日至 29 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 3 月 27 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 3 月 29 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十四次

集訓日期:	由 2020 年 4 月 9 日至 13 日 (共 5 日)
出發日期及時間:	2020 年 4 月 9 日 (星期四) 上午 9 時 00 分在深圳灣口岸集合
回港日期:	2020 年 4 月 13 日 (星期一) 約下午 3 時 30 分在深圳灣口岸解散
費用:	港幣\$800 元正



# HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

## 第十五次

集訓日期:	由 2020 年 4 月 24 日至 26 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 4 月 24 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 4 月 26 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十六次

集訓日期:	由 2020 年 5 月 1 日至 3 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 5 月 1 日 (星期五) 上午 9 時 00 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 5 月 3 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$600 元正

## 第十七次

集訓日期:	由 2020 年 5 月 15 日至 17 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 5 月 15 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 5 月 17 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十八次

集訓日期:	由 2020 年 5 月 22 日至 24 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 5 月 22 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 5 月 24 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第十九次

集訓日期:	由 2020 年 5 月 29 日至 31 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 5 月 29 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 5 月 31 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第二十次

集訓日期:	由 2020 年 6 月 12 日至 14 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 6 月 12 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 6 月 14 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正

## 第二十一次

集訓日期:	由 2020 年 6 月 19 日至 21 日 (共 3 日)
出發日期及時間:	2020 年 6 月 19 日 (星期五) 下午 5 時 30 分在深埗灣口岸集合
回港日期:	2020 年 6 月 21 日 (星期日) 約下午 3 時 30 分在深埗灣口岸解散
費用:	港幣\$400 元正



## HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

上述費用已包括國內交通、住宿、早餐、午餐及晚餐、教練費等，該費用只作參考之用，實際費用可能因參加者的人數而有所變更，本會將作另行通知。是次集訓乃以自願性質參加，各隊員可自由選擇參加集訓。

參加隊員**必須**出席 80%或以上(以每日計算)，如在第一期未能出席達到 80%，不可參加第二期。如在第二期未能出席達到 80%，將需另行申請入隊。

有意參加訓練營的隊員必須經其屬會提名，請把已填妥報名表(18 歲以下參加者需由家長簽名)，連同劃線支票(抬頭請寫 HKASA)乙張及回鄉證副本，第一期於 2019 年 10 月 28 日(星期一)下午 5 時正前及第二期於 2020 年 2 月 13 日(星期三)下午 5 時正前郵寄或親身遞交至香港業餘游泳總會辦事處(九龍觀塘海濱道 133 號萬兆豐中心 9 樓 L 室)。報名一經接納，集訓費用恕不退回。本會保留隨時更改訓練營安排的權利。

跳水運動存在一定風險。為提供參加者多一份保障，本會建議參加者須購買個人意外保險。可按個人需要自行額外投保

如有任何查詢，請致電(852) 2572 8594 與本會職員聯絡。

香港業餘游泳總會  
跳水委員會主席

鄧永康謹啟

2019 年 10 月 23 日



# HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

## 香港跳水隊訓練營

2019年11月至2020年6月

### 報名表格

姓名:(英文) \_\_\_\_\_ (中文) \_\_\_\_\_ (屬會) \_\_\_\_\_

香港身分證號碼: \_\_\_\_\_ 回鄉證號碼: \_\_\_\_\_

回鄉證有效期至: \_\_\_\_\_ 聯絡電話: \_\_\_\_\_

如有任何緊急事情，請代通知：

姓名： \_\_\_\_\_ 電話號碼： \_\_\_\_\_ 關係： \_\_\_\_\_

所參加的訓練營(請在□加上✓號):

費用

#### 第一期

- |                               |                       |            |
|-------------------------------|-----------------------|------------|
| <input type="checkbox"/> 第1次  | 2019年11月22日至24日 (共3日) | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第2次  | 2019年12月6日至8日 (共3日)   | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第3次  | 2019年12月13日至15日 (共3日) | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第4次  | 2019年12月24日至31日 (共8日) | 港幣\$1400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第5次  | 2020年1月10日至12日 (共3日)  | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第6次  | 2020年1月17日至19日 (共3日)  | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第7次  | 2020年1月31日至2月2日 (共3日) | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第8次  | 2020年2月14日至16日 (共3日)  | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第9次  | 2020年2月21日至23日 (共3日)  | 港幣\$400元正  |
| <input type="checkbox"/> 第10次 | 2020年2月28日至3月1日 (共3日) | 港幣\$400元正  |

#### 第二期

- |                               |                      |           |
|-------------------------------|----------------------|-----------|
| <input type="checkbox"/> 第11次 | 2020年3月6日至8日 (共3日)   | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第12次 | 2020年3月20日至22日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第13次 | 2020年3月27日至29日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第14次 | 2020年4月9日至13日 (共5日)  | 港幣\$800元正 |
| <input type="checkbox"/> 第15次 | 2020年4月24日至26日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第16次 | 2020年5月1日至3日 (共3日)   | 港幣\$600元正 |
| <input type="checkbox"/> 第17次 | 2020年5月15日至17日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第18次 | 2020年5月22日至24日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第19次 | 2020年5月29日至31日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第20次 | 2020年6月12日至14日 (共3日) | 港幣\$400元正 |
| <input type="checkbox"/> 第21次 | 2020年6月19日至21日 (共3日) | 港幣\$400元正 |



## HONG KONG AMATEUR SWIMMING ASSOCIATION

Unit L, 9/F, MG Tower, 133 Hoi Bun Road, Kwun Tong, Kowloon

Tel: (852) 2572 8594 Fax: (852) 2591 0792 E-mail: hkasa@hkasa.org.hk Web-site: www.hkasa.org.hk

### 年滿十八或以上的申請人須知

我聲明：我的健康及體能良好，適宜參加是此活動。本人確認絕對知悉參加此項活動的危險，並同意承受所有這些危險。如果我因本人的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，香港業餘游泳總會無須負責。本人明白如對本身的身體狀況有懷疑，應於參加此活動前，徵詢醫生的意見。

申請人姓名：\_\_\_\_\_ 申請人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

### 年滿十八或以上的申請人須知

我聲明：\_\_\_\_\_ (申請人姓名)的健康及體能良好，適宜參加是此活動。本人確認絕對知悉參加此項活動的危險，並同意承受所有這些危險。如果我因本人的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，香港業餘游泳總會無須負責。本人明白如對本身的身體狀況有懷疑，應於參加此活動前，徵詢醫生的意見。

家長/ 監護人姓名：\_\_\_\_\_ 家長/ 監護人簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

屬會授權人姓名：\_\_\_\_\_ 屬會授權人簽署：\_\_\_\_\_

屬會名稱：\_\_\_\_\_ 屬會蓋印：\_\_\_\_\_

填妥表格後，請連同劃線支票乙張及回鄉證副本，親身交至或寄回香港業餘游泳總會，地址：香港九龍觀塘海濱道133號萬兆豐中心9/F L 室。

### 截止報名日期:

第一期於2019年10月28日(星期一)

第二期於2020年2月13日(星期三)