



中國香港單車聯會有限公司

香港單車教練培訓計劃 2017

一級單車專項教練培訓課程-丙部(小輪車/山地車)

課程目標

此課程為學員提供有關專業單車教練實用技能，透過實習讓各準教練實踐從甲部、乙部中所學習到的知識，為教練們作好教學準備。

項目	講師	截止日期	名額
小輪車 COA-170211	UCI 資歷小輪車單車教練	8 / 2 / 2017	20 人
山地車 COA-170212	UCI 資歷山地車單車教練	8 / 2 / 2017	20 人

參加資格

- 已獲取中國香港單車聯會頒發一級單車專項教練培訓課 - 甲部 及乙部證書
- 必須成為 2016-17 年度中國香港單車聯會有限公司註冊會員
(請填妥附件之香港單車聯會入會表格 費用\$30; 支票背面必須寫上姓名及聯絡電話)
- 優先考慮取錄資格：
 - 前港隊運動員
 - 已成為 2016-17 年度中國香港單車聯會有限公司註冊教練
 - 經由 2016-17 年度註冊屬會推薦的成員 (每個註冊屬會獲一名額，必須提交附有註冊屬會會印的推薦信)
- 餘下名額先到先得，額滿即止。必須同時交齊文件才獲申請處理，不設留位

課程費用

\$1,500 元正 (只接受支票交費)。如支票未能成功兌現者，其申請將不獲受理，恕不另行通知

報名方法

即日起至 8 / 2 / 2017 前填妥報名表格連同劃線支票，抬頭「The Cycling Association of Hong Kong, China Limited」，郵寄或親身於辦公時間交回中國香港單車聯會有限公司秘書處，地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1015 室。(郵寄報名則以郵戳為準)

註：

1. 取錄名單將於 10 / 2 / 2017 以電郵通知，如於課堂前未收到確認電郵，請致電本會查詢
2. 活動前 3 小時天文台發出黑色暴雨警告訊號、八號或以上颱風訊號，課堂將會取消
3. 因惡劣天氣關係而取消的課堂，將另行安排補課
4. 學費及學額不可作任何更改或轉讓他人。除本會取消課程外，所有已繳交費用恕不退還

辦公時間:

星期一至五	上午 10 時至下午 6 時
午飯時間	下午 1 時至下午 2 時
星期六	上午 10 時至下午 1 時
星期日及公眾假期	休息

查詢電話

2504 8172

網址

www.cycling.org.hk



中國香港單車聯會有限公司

香港單車教練培訓計劃 2017

一級單車專項教練培訓課程-丙部(小輪車/山地車)

課程內容- 丙部 (小輪車/ 山地車)

小輪車	山地車	內容	理論 (小時)	實習 (小時)	時間	上課地點
11 / 2 / 2017 星期六	12 / 2 / 2017 星期日	項目介紹及所需特質 各項目比賽規則 訓練計劃編寫 單車設定及檢查 保養及維修		4	1800-2200	香港賽馬會 國際小輪車場
13 / 2 / 2017 星期一		教學原則及安全 教練自我反思及改進 環境安全分析及意外處理	3		1900-2200	
18 / 2 / 2017 星期六	19 / 2 / 2017 星期日	專項技術訓練教學		4	1800-2200	
25 / 2 / 2017 星期六	26 / 2 / 2017 星期日	專項技術訓練教學 教學實習 (專項技術)		4	1800-2200	

考試要求

4 / 3 / 2017 星期六	5 / 3 / 2017 星期日	筆試	2		1800-2000	香港賽馬會 國際小輪車場
		技術測試 (技術)		3	2000-2300	

部份課堂或會因應個別講師安排而作出調動或更改，學員不能因此缺席課堂

教練級別評核及證書頒發

本課程的評核方法包括理論及技術評估(筆試及技術測試)及教學實習兩部份，學員必須符合以下條件，方可獲頒「一級單車專項教練培訓課 - 丙部(小輪車/ 山地車)證書」：

- 參加者出席率必須達到 80% 或以上，否則不獲准參加筆試及技術測試。而遲到或早退超過 30 分鐘者作缺席處理
- 參加者的筆試成績必須達至百分之七十，並必須於技術測試取得合格等級
- 合格學員必須於實習期內(考試合格日起計 3 年內)完成 36 小時的教練實習：

- 12 小時 - 學校體育推廣計劃 - 金、銀或銅章訓練班
- 4 小時 - 學校體育推廣計劃 - 單車示範班
- 20 小時 - 小輪車/ 山地車單車訓練班

*曾完成學校體育推廣計劃實習的教練只須完成 20 小時小輪車/ 山地車單車訓練班實習。(請向職員提供有關實習紀錄)

- 獲頒本課程證書後，可於註冊成為本會教練後獲取註冊教練學分：6 分

- *凡已出席 13/2/2017 本會丙部-小輪車/山地車課程者，可豁免山地車/小輪車(另一專項)的此課堂
- 如參加者未能通過筆試或技術測試，將於下一期丙部(小輪車/ 山地車)教練培訓課程時安排補考一次
- 如參加者筆試及技術測試均未能通過，必須重新報讀整個課程
- 如參加者於筆試或技術測試補考仍未能通過或未能於下一期參與補考，必須重新報讀整個課程

晉升資格：持有丙部(小輪車/ 山地車)證書一年或以上，可按專項要求申請報讀本會二級單車專項教練培訓課程

本會將保留課程安排之最終決定權。



中國香港單車聯會有限公司
香港單車教練培訓計劃 2017
一級單車專項教練培訓課程-丙部(小輪車/山地車)

職員填寫

收表日期: _____

支票編號: _____

收據編號: _____

報名表格

小輪車	山地車	時間	上課地點
11 / 2 / 2017 星期六	12 / 2 / 2017 星期日	1800-2200	香港賽馬會 國際小輪車場
13 / 2 / 2017 星期一		1900-2200	
18 / 2 / 2017 星期六	19 / 2 / 2017 星期日	1800-2200	
25 / 2 / 2017 星期六	26 / 2 / 2017 星期日	1800-2200	
4 / 3 / 2017 星期六	5 / 3 / 2017 星期日	1800-2300	

參加者資料			
姓名(中文)	姓名 (英文)	性別	教練註冊編號
出生日期(日/月/年)		電郵 (請以正楷清楚填寫,所有資料將以電郵發放)	
住址			
電話(手提電話)	緊急聯絡人姓名	緊急聯絡人電話	

申請項目 * 收據可於課堂上領取		
<input type="checkbox"/> 2016/17 年度會員 (港幣 30 元)	<input type="checkbox"/> 小輪車課程 (港幣 1,500 元)	<input type="checkbox"/> 山地車課程 (港幣 1,500 元)

#同時報讀小輪車課程(COA-170211)及山地車課程(COA-170212)必須分開兩張支票提交

##申請者提供的資料只用於甄選或其他有關事宜，甄選程序及有關申請完成後，未獲取錄的申請者資料，將全部銷毀。

聲明

本人謹此聲明以上提供之資料均屬真實無訛，並無故意虛報資料或隱瞞，如有需要，本人將提供有關身份及有關文件之正本交予中國香港單車聯會有限公司查核。謹證明本人是自願參加訓練班，並自願自行承擔所有責任。本人亦謹遵守會方之一切規則及決定。本人、本人之繼承人、本人之遺囑執行人及本人之管理人謹此豁免中國香港單車聯會有限公司，所有贊助商、支持是項活動之團體及任何有關之團體對於本人因參加是項訓練班而由任何原因，包括疏忽，所引致之疾病、死亡、個人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。本人亦同時聲名本人身體狀況良好及具備足夠訓練完成賽事。本人願意授權大會及傳媒在無須本人審查而可以使用本人的肖像、姓名、聲線及個人資料作為活動籌備及推廣之用。

申請人姓名： _____

申請人簽署： _____

申請日期： _____