

## 金巴崙長老會耀道中學

敬啟者：

器械健體訓練課程家長通知書

本校為學生特意舉辦器械健體訓練課程，讓學生認識各項伸展運動、有氧、阻力及器械的運動訓練，教授參加者健康體適能基礎概念、基本的健身室運動程序或模式、錯誤行為及動作、運動安全守則及正確的使用健身設施及訓練方法，增強心肺功能及肌肉耐力。特函通知 貴家長有關活動詳情，並仔細閱讀有關須知，鼓勵子女積極參與，詳情如下：

活動名稱：	器械健體訓練課程
活動日期及時間：	9/5(三)、16/5(三)、23/5(三) 下午 16:00-18:00
活動地點：	本校雅博運動科學及體適能中心
課程導師：	中國香港體適能總會註冊導師
負責老師：	李裕庭老師
對 象：	15 歲或以上學生(名額 20 人)
費 用：	\$50 修讀體育文憑試學生 \$80 其他學生
遴選方法：	體育選修科學生優先入選，其餘名額將以抽籤方式決定
服 裝：	請穿著本校體育服裝出席活動
備 註：	如通過筆試及取得合格成績的參加者，可獲香港體適能總會發出的證明信，申請康文署轄下體育館的健身室使用資格。

此致

貴家長

金巴崙長老會耀道中學校長

柳子權 謹啟

二零一八年四月二十七日

回 條

通告編號 01/095/2017

敬覆者：

本人已知悉有關學校舉辦「器械健體訓練課程」之資料，並覆如下：

- \* 本人同意讓敝子女參加「器械健體訓練課程」之遴選。  
 本人不同意敝子女參加「器械健體訓練課程」。

此覆

金巴崙長老會耀道中學校長

家長簽名：\_\_\_\_\_

學生姓名：\_\_\_\_\_

班別：\_\_\_\_\_ ( )

\*請在適當方格內加上號

二零一八年四月\_\_\_\_\_日