



註冊編號：REF.CP/LIC/SO/19/46074

赤子青少年籃球訓練計劃 2014-2015

BKIDS Youth Basketball Training Program 2014-2015

聖誕假期籃球專項特訓暨三人籃球賽

**Fight For Victory,
Are You Ready?
U10,U12,U14,U16聖誕假期
籃球專項特訓，
特設三人籃球賽，訓練更全面。**



日期：12月23、24、29、30、31日

1月2日（訓練時間表詳見背頁。）

時間：上午11：00 – 下午1：00（適合8-16歲男、女子運動員）

內容：個人分日專項技術訓練（詳見背頁訓練日程）、比賽要點訓練、三人籃球賽（分組設冠、亞、季、殿軍，各得獎牌一面）。

費用：\$170 x 6節（每節2小時），共\$1020元正（全期報讀，優惠價\$900）

*學員可選擇出席部份訓練日期，費用以（出席節數 x \$170）計算。

負責教練：龍sir

上課地點：柴灣體育館 / 小西灣體育館

（訓練地點將於訓練前一星期於本會網頁<http://www.bkidshongkong.com/>及whatsapp群組內公佈。）

報名日期：由即日起，先到先得，額滿即止。

查詢電話：龍教練 9821 5201

查詢電郵：bkidshongkong@gmail.com

網址：<http://www.bkidshongkong.com/>

Facebook :BKIDS HongKong

請沿虛線剪下

報名表

赤子青少年籃球訓練計劃 2014-2015

聖誕假期籃球專項特訓暨三人籃球賽

姓名：（中文）_____（英文）_____ 聯絡電話：_____

電郵地址：_____

參與組別：（請於合適的□上加上✓）U10 U12 U14 U16

參與全部訓練：12月23、24、29、30、31日，1月2日（共6節）

參與部份訓練：12月23□、24□、29□、30□、31日□，1月2日□

不參加是次訓練。

共繳費：\$170 x _____節 = \$ _____ 或 全期：\$900

報名辦法：

(1) 親身：將現金 / 劃線支票 / 銀行入數紙副本及報名表格親身交予龍教練

(2) 郵寄：把劃線支票或銀行入數紙副本，連同報名表格郵寄至以下地址：

香港筲箕灣郵政局郵政信箱44460號

銀行戶口：滙豐銀行：555 1017 964 (支票抬頭： Wong Yip Lung)

本會職員收妥表格後將致電確認。

由於室內場地緊張，如子女缺席課堂，恕未能安排補課，請 貴家長留意。

此報名表格可自行影印，於本會網頁下載，或電郵至本會索取（請註明：索取聖誕假期訓練報名表格）。

| 日期 | 專項訓練內容及重點 |
|-------------|----------------------------------|
| 2014年12月23日 | 運球：突破技巧／護球手法／接球前後及生、死球假動作／試探步法詳解 |
| 2014年12月24日 | 投射：力量訓練／常見錯誤收正／投射姿勢改良／步法配合／自習方法 |
| 2014年12月29日 | 傳接：力量訓練／常見錯誤收正／走動傳球要點／視野配合／自習方法 |
| 2014年12月30日 | 比賽攻防要點訓練（1） |
| 2014年12月31日 | 比賽攻防要點訓練（2） |
| 2015年1月2日 | 三人籃球賽 |