



註冊編號：REF. CP/LIC/SO/19/46074

赤子青少年籃球訓練計劃 2013

BKIDS Youth Basketball Training Program 2013

暑期特備訓練

悠長暑假，能把握訓練時機的，
就是明年學界籃球比賽的皇者。

U12 & U16 暑期特備訓練，
全部於室內體育館進行，
提升實力，訓練更全面！



日期：7月16日至8月29日（逢星期二、四，訓練時間表詳見背頁。）

時間：U12：上午9：00 - 上午11：00（適合12歲或以下男、女子運動員）

U16：上午11：00 - 下午1：00（適合13至16歲男、女子運動員）

*如球員技術已達一定水平，可申請越級訓練，詳情請向龍教練查詢。

*本會教練將會挑選表現優異的成員代表本會參加各項全港公開賽。

重點訓練內容：SPARQ式反應及速度訓練、籃球體適能鍛鍊、運傳接射基本功加強、代表隊
選拔及比賽

上課地點：港島東區各室內體育館為主，包括柴灣體育館、鯽魚涌體育館、港島東體育館及
小西灣體育館

費用：訓練及比賽共14課，每課2小時，合共28小時
港幣\$1800元正



優惠：（1）凡於16/6（星期日）前報名可獲\$100折扣優惠。
（2）凡二人同時報名，每人可獲\$100折扣優惠。
以上優惠以繳全期學費作實，
兩項優惠不能同時使用。



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

Facebook：BKIDS HongKong

Website：www.bkidshongkong.com

