

合辦機構:



## 跳繩訓練班

內容：培養小朋友對跳繩運動的興趣，掌握基本跳繩技術。

| 課程日期 / 主題  | 星期 | 年齡/時間         | 費用        |
|--|----|---------------|-----------|
| <b>跳繩訓練課程 A</b><br>2026 年<br>4 月 2, 9, 16, 23, 30 日<br>5 月 7, 14, 21, 28 日 | 四  | 18:00 – 19:00 | \$720/9 堂 |
| <b>跳繩訓練課程 B</b><br>2026 年<br>4 月 2, 9, 16, 23, 30 日<br>5 月 7, 14, 21, 28 日 | 四  | 19:00 – 20:00 | \$720/9 堂 |

名 額： 每班 15 人

上課地點： 源禾路體育館 – 大活動室

申請方法： 填妥表格後連同學費親臨 或 寄交沙田瀝源邨壽全樓地下 107-110 號  
沙田體育會支票抬頭請寫「沙田體育會有限公司」

上課須知： 1. 參加者必須遵守場地規則及教練指示進行活動，學員須穿着輕便運動服及鞋底不脫色球鞋。  
2. 報名一經接納，所有費用將不獲退回。  
3. 如參加人數不足而取消是次課程，本會將退回所有報名費用。

查詢電話： 2691 5657

電 郵： [bernard\\_kwan@stsa.org.hk](mailto:bernard_kwan@stsa.org.hk)

網 頁： [stsa.org.hk](http://stsa.org.hk)

