

2026 沙田暑期欖球訓練班



課程內容

*教授非撞式欖球

- 1.閃避技巧
- 2.非撞式欖球攔截技巧
- 3.傳接球
- 4.非撞式欖球規則
- 5.基本加速、減速及轉向
- 6.基本接收指令和執行

訓練日期

2026年7月,23,28,30日
2026年8月4,6,11,13,18,20,25日

地點

會大屋遊樂場人造草足球場

費用

\$500 (共10堂)

辦公時間

星期一至五 09:00 – 13:00 & 14:00 – 18:00
星期六 09:00 – 13:00
星期日及公眾假期 休息

報名方法

請填妥報名表格, 連同現金/抬頭「沙田體育會有限公司」之支票遞交或寄回「沙田瀝源郵壽全樓 107-110 號」

報名日期

2026年5月18日(星期一)
上午9時開始,額滿即止

網頁下載表格

注意事項 – 本課程不設補堂日, 本會接納報名後, 報名費恕不退還

查詢
Enquiry

2691 5657

2602 1966

<http://www.stsa.org.hk>

沙田體育會有限公司
Sha Tin Sports Association Limited



報名表格

姓名 Name
中文 Chinese _____
英文 English 姓 Surname _____ 名 Given Name _____

性別 Gender _____ 出生日期 O.O.B _____
年 yyyy 月 mm 日 dd
(必須年滿4歲 Must above 4 years old)

身份證號碼 HKID
(只須填上英文字母及頭四位數字 First 5 characters of HKID)

聯絡電話 Contact No. (1) _____ (2) _____

通訊地址 Postal Address _____

電郵地址 Email Address _____

購買證書 \$20

請翻後頁完成報名

Please turn next page to complete this application

課程資料來源

Source of Course Information

- 中國香港欖球總會 Hong Kong China Rugby 沙田體育會網頁 STSA Website Facebook 專頁 Facebook Page 海報 Poster
- 學校 School 朋友 Friends 其他 Others

報名費用資料

Payment Information

(本課程不設補堂日，本會接納申請人報名後，報名費將恕不退還
NO reserve day for this course, NO refund after acceptance of application)

- 現金 Cash (請勿郵寄現金 Please do not send cash by post)
- 支票 Cheque: (號碼 No.) _____ 銀行 (Bank) _____

家長同意書 Approval Statement:

(由家長或監護人填寫 Please fill in by wither parents or guardian)

本人聲明敝子弟 _____ 的健康及體能良好，並無任何疾病，適宜參與上述活動，以及明白此項運動帶有危險性，如敝子弟在訓練期間發生非主辦單位疏忽所引致的意外，主辦單位將不會負責。




I hereby state that my child _____ is physically healthy and is able to participate in the above activity. I also understand that this activity involves risk. If any accidents occur during the trainings, which are not caused by the negligence of the organizing parties, the mentioned parties will not accept any liability.

家長或監護人署名 Signature of Parent / Guardian: _____








日期 Date: _____

參加者須經家長或監護人同意方可參加
Participants please ask for parent's approval in advance

7月 July 2026

SUN (日)	MON (一)	TUE (二)	WED (三)	THU (四)	FRI (五)	SAT (六)
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23 	24	25
26	27	28 	29	30 	31	

8月 AUGUST 2026

SUN (日)	MON (一)	TUE (二)	WED (三)	THU (四)	FRI (五)	SAT (六)
						1
2	3	4 	5	6 	7	8
9	10	11 	12	13 	14	15
16	17	18 	19	20 	21	22
23	24	25 	26	27	28	29
30	31					



上課日 16:30-18:00

上課地點 Venue:

曾大屋遊樂場人造草足球場
Tsang Tai Uk Recreation Ground -
Artificial Turf Pitch

惡劣天氣情況下之安排 Arrangement under the Adverse Weather Conditions

如天文台發出三號或以上熱帶氣旋警告信號、紅色或黑色暴雨警告，訓練將會取消，並不設補堂日
If Tropical Cyclone Warning Signal No.3 or above, Red or Black Rainstorm Warning Signals is issued by the Hong Kong
停課通知 Suspension Alert
本會職員將可能在開課前2小時透過電郵向參加者發出停課公佈
The cancellation of the lesson will be announced to participants two hours before the commencement of the course through e-mail.