

# 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)

## 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「沙田滙源郵壽全樓 107-110 號」

## 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 \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

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 Meteorological Department, the training will be cancelled and no make-up day will be provided.

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.