



# 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

\*年齡為 4 – 11 歲

\*此活動會有身體接觸

\*為安全理由，  
學員上課時不可配戴眼鏡

## 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

曾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「沙田瀝源邨壽全樓 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

**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**

網頁下載表格

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

