



# 元朗區體育會

## 2018 暑期班 地壺球班

**導師：李健聰先生/團隊導師**

**資歷：**

香港地壺球協會註冊導師  
有三年教授地壺球經驗  
註冊社工

**暑期新班推廣**

**課程簡介：**

地壺球是一項鬥智鬥力的團隊運動的新興運動，透過地壺球訓練學員之間的團隊合作、溝通能力及提升專注力

**內容：**

地壺球運動的發展  
地壺球器材介紹、  
計算分數方法  
地壺球技術教授及訓練  
地壺球禮儀  
策略訓練及練習  
模擬比賽



將於 4 月 23 日至 7 月 8 日接受報名  
7 月 8 日晚上 9 時正截止報名



查詢電話：2474 1221 · 2474 2701

報名地點：元朗區體育會賽馬會大樓地下場務處

繳費形式：EPS、現金或支票(支票抬頭：元朗區體育會有限公司)

歡迎瀏覽本會網站：[www.yldsai.org.hk](http://www.yldsai.org.hk) 或



[www.facebook.com/YLDSA](https://www.facebook.com/YLDSA)

## 暑期地壺球課程資料

編號	日期	時間及星期	費用	上課地點	對象	名額
SFC1	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	12:00-13:00nn 逢三	\$630	5樓 2號活動室	3-5歲	18人
SFC2	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	1:00-2:00pm 逢三	\$630	5樓 2號活動室	6-9歲	18人
SFC3	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	2:00-3:00pm 逢三	\$630	5樓 2號活動室	3-5歲	18人
SFC4	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	3:00-4:00pm 逢三	\$630	5樓 2號活動室	6-9歲	18人
SFC5	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	4:00-5:00pm 逢三	\$630	5樓 2號活動室	3-5歲	18人
SFC6	7月18、25日 8月1、8、15、22、29日	5:00-6:00pm 逢三	\$630	5樓 2號活動室	10歲或以上	18人

\*凡參加本會各項班組，必須為本會會員。  
(普通會員\$100/年、學生會員\$50/年)

**溫馨提示**

**暑期班 \*不設補堂  
\*不設單堂**

\*學員凡連續報讀兩班暑期課程，將獲\$50 課程優惠券。  
每連續報讀多一班可獲\$100 課程優惠券。

### 地壺球簡介

地壺球是一個共融，適合不同年齡和能力人士的團隊競賽體育運動。地壺球運動員由幼兒園到大學生，青少年至長者，並包括殘障及智障人士。地壺球是由冬季奧運冰壺運動演變而來，在不足一年的時間，地壺球已能自立門戶發展為獨立的一項體育運動。地壺球可以在任何 9.7 x 1.6 米的平坦且光滑的地面上進行。學校大堂，壁球場或多功能室都是合適的場地。每個地壺球運行在 3 個軸承上，重量為 1.235 kg。

