

2014/15 青苗乒乓球培訓計劃

1. 宗旨：

- 增加青少年對乒乓球運動的興趣及培養其良好體育精神。
- 透過有系統訓練發掘有潛質的學員。表現良好者更有機會被挑選參加精英隊甄選，接受進一步培訓。

2. 參加資格：

- 年齡 7-14 歲（以 2015 年 1 月 1 日計算）；
A 組：7 至 10 歲 / B 組：11 至 14 歲
- 參加者需具備乒乓球基本技術及經過技術甄選而進入此訓練計劃（* 本計劃不適合初學者參加）
- 已考獲香港乒乓球總會「章別獎勵計劃」銀章或以上資格者，將優先給予甄選（請於遞表時同時遞交有關證明文件之副本）。

3. 削球手培訓：

只在計劃中的 A 組收生，並以獨立評分機制進行甄選。恒生精英隊 / 香港青少年隊會優先考慮削球手入隊接受培訓。

4. 報名日期：

由 2014 年 9 月 12 日至 10 月 3 日（郵遞申請者以郵戳為準）

5. 課程內容：

訓練計劃分為三個階段，而學員在訓練期間的技術進度、上課表現、紀律及出席率將作為晉升下一階段的評核因素。

階段	訓練內容
一	改進及提高乒乓球基本技術
二	乒乓球綜合技術練習
三	加強乒乓球綜合技術練習及提高各單項技術水平

6. 訓練日期、時間及地點：

第一階段上課日期為：2015 年 1 月至 4 月，共 30 堂

第二階段上課日期約為：2015 年 5 月至 8 月，共 30 堂

第三階段上課日期約為：2015 年 9 月至 12 月，共 40 堂

訓練地點	班別	訓練日期時間
	A 組：7 至 10 歲 B 組：11 至 14 歲	
柴灣體育館*	A1*	星期二：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 5 時至 7 時
	B1	星期四：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 7 時至 9 時
港灣道體育館	A2	星期二：下午 6 時至 8 時及星期六：下午 4 時至 6 時
	B2	星期四：下午 6 時至 8 時及星期六：下午 6 時至 8 時
順利邨體育館*	A3*	星期二：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 2 時至 4 時
	B3	星期四：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 4 時至 6 時
何文田體育館	A4	星期二：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 3 時至 5 時
	B4	星期四：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 5 時至 7 時
源禾路體育館*	A5*	星期一：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 4 時至 6 時
	B5	星期三：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 6 時至 8 時
大埔墟體育館	A6	星期一：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 4 時至 6 時
	B6	星期三：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 6 時至 8 時
楊屋道體育館*	A7*	星期二：下午 7 時至 9 時及星期日：下午 2 時至 4 時
	B7	星期四：下午 7 時至 9 時及星期日：下午 4 時至 6 時
大興體育館	A8	星期一：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 4 時至 6 時
	B8	星期三：下午 7 時至 9 時及星期六：下午 6 時至 8 時

備註：1. 有 * 場地為削球手培訓之地點。乒總有權因應培訓點之最終收生人數及安排或有所調動，參加者不得異議。

2. 上述上課時間資料只作參考，確實時間及地點將因應課程編排、場館維修或其他原因影響而作出相應調動或安排。
3. 第一階段訓練時間表及地點將連同入選通知信寄予入選第一階段之學員。
4. 主辦機構有權就活動場地、教練、上課日期及時間等作出調配，學員不得異議。

7. 名額：

第一及第二階段 A、B 組合共 16 班，每班 24 人

第三階段 A、B 組合併共 8 班，每班 24 人

8. 訓練費（分三階段）：

第一階段（共 30 堂）：港幣 800 元（連制服乙件）；
（入選訓練者將接獲通知繳付第一階段訓練費）

第二階段（共 30 堂）：港幣 750 元；

第三階段（共 40 堂）：港幣 1,000 元

9. 教練：

由香港乒乓球總會安排資深教練任教。

10. 獎勵：

凡完成每一階段課程，達 80% 出席率者可獲出席證書。

11. 甄選詳情：

1. 獲香港乒乓球總會主辦以下賽事之優異成績者可豁免參加技術甄選：
 - 2014 年度「全港公開青少年乒乓球錦標賽（單打賽）」獲前 4 名（適齡者）；或
 - 「2014 恒生學界盃（單打賽）」獲前 8 名（適齡者）

請在報名表格內的〈乒乓球經驗〉一欄內註明
2. 未獲上述成績者必須接受乒乓球技術甄選，表現較佳者將被接納進入第一階段的循序漸進式訓練。

12. 甄選日期及地點：

班別	甄選日期	甄選時間	甄選地點
A1 / B1 / A2 / B2	2/11/2014 (日)	上午 9 時至晚上 8 時	港灣道體育館
A3 / B3 / A4 / B4	9/11/2014 (日)	上午 9 時至晚上 8 時	土瓜灣體育館
A5 / B5 / A6 / B6	22/11/2014 (六) #	下午 2 時至晚上 10 時	大埔墟體育館
A7 / B7 / A8 / B8	16/11/2014 (日)	上午 9 時至晚上 8 時	大興體育館

備註：# 11 月 22 日同時為削球手甄選日，有意參與削球手培訓者將全部安排在該日進行。

13. 甄選報名費用：

港幣 40 元

14. 報名手續：

填妥報名表格連同甄選報名費港幣 40 元之劃線支票，支票抬頭寫「香港乒乓球總會有限公司」，及 1 個貼有 \$1.7 郵票之回郵信封（信封面寫上參加者地址）於 2014 年 10 月 3 日（星期五）前，親遞或寄交本會辦事處地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 2008 室「香港乒乓球總會」。信封面請註明「2014/15 年青苗乒乓球培訓計劃」。未附上回郵信封者，則須自行瀏覽本會網頁有關測試時間及安排。

如支票未能兌現，本會將收取發票人港幣 \$100 之行政費用

15. 查詢電話：

香港乒乓球總會 2575 5330

16. 備註：

1. 每人只可填交一份報名表格；否則將被取消資格。
2. 如發現申請者資格不符合該班的要求、資料不齊或逾期遞交表格者，主辦機構將取消該份申請。
3. 所提供的資料及身分證明文件號碼，只作報名、統計、日後聯絡、宣傳，香港乒乓球總會活動及當取消活動後處理退款時作為核實身分之用。所提供的個人資料，除獲主辦機構授權職員外，將不會提供予其他人士。
4. 主辦機構有權要求該參加者出示有關證明文件之正本或其他相關資料，以作核實。
5. 第二、第三階段的上課時間將於稍後通知。上課時間表及地點將因應課程編排、場館維修或其他原因影響而作出適當的安排。
6. 青苗球員有機會入選精英隊，而精英隊是香港乒乓球總會轄下隊伍，主辦機構保留入選名單的最後決定權。
7. 主辦機構保留修改章程的權利，參加者不得異議。

（參加者請保留本章程作日後參考之用）