



### 2017-2018 學年 第 A004 號通告

### 大埔區健康校園計劃之熱血排球訓練營

敬啟者：

本校將舉行以下活動，詳情如下。

科組名稱	訓輔組		
活動名稱	大埔區健康校園計劃之熱血排球訓練營		
活動目的	提升排球技術，訓練團隊精神		
活動對象	中一至中六級獲選學生		
活動日期	27/09/2017(三)、28/09/2017(四)及 29/09/2017(五)		
集合時間	27/09/2017(三)上午 8:25	集合地點	兩天操場
活動地點	烏溪沙青年新村		
解散時間	29/09/2017(五)下午 5:00	解散地點	兩天操場
服飾	學校運動服		
交通工具	旅遊巴		
費用*	\$50.0(全費)/\$25.0(半費)/\$0.0(全免)		
負責老師	林美莉老師		

- 如當日集合前兩小時遇惡劣天氣，包括黑色或以上暴雨警告、八號或以上熱帶氣旋警告信號，或教育局宣佈停課，活動將會取消。
- 學生於 27/09/2017(三)如常上午 8:25 或以前回校。
- \* 現正接受「綜合社會保障援助(綜援)計劃」資助的學生，在遞交有效的證明文件副本後，將獲豁免繳交本活動的全額費用。
- \* 現正接受「學生資助計劃」全額(半額)資助的學生，將獲豁免繳交本活動的全額(半額)費用。
- 學生須於 13/09/2017(三)或以前將已簽妥之回條交予林美莉老師。
- 學生須於 12/09/2017(二)或 13/09/2017(三)將費用以八達通繳交。
- 此通告取代 01/09/2017(五)發出的 D001X 號有關大埔區健康校園計劃之熱血排球訓練營的部分。
- 如有查詢，貴家長可聯絡訓輔組林美莉老師。

此致

《班別》學生《姓名》(《班號》)家長/監護人

佛教大光慈航中學



校長

謹啟

2017 年 9 月 8 日

# 佛教大光慈航中學 2017-2018 學年 第 A004 號通告 回條

## 大埔區健康校園計劃之熱血排球訓練營

---

敬覆者：

- 本人知悉佛教大光慈航中學 2017-2018 學年第 A004 號通告之內容。

此覆

佛教大光慈航中學校長

學生姓名(班別)(班號)	«姓名»(中«班別»班)(«班號»)
家長/監護人姓名	
家長/監護人簽名	
日期	年 月 日

(此部份由林美莉老師集齊並處理)



學生須攜帶以下物資：

1. 大型背包及小型背包(活動時攜帶重要物品及水)
2. 足夠、輕便及舒適的替換衣物、運動鞋及襪
  - \*女同學請不要穿著背心、熱褲及短裙，並注意領口位不要過低。
  - \*男同學請不要穿背心。
  - (排球訓練必須穿著學校球衣)
3. 個人衛生用品如沐浴露及洗頭水
4. 外套
5. 護膝
6. 拖鞋
7. 帽或雨傘/雨衣、防晒用品及蚊怕水
8. 飲用水
9. 少許零錢
10. 個人藥物(如需要)

請勿攜帶任何貴重物品。如有任何遺失，自行負責。

## - 行程：

	日期	時間	活動
1	27/09/2017(三)	08:25-09:00	集合
2		09:00-10:00	交通時間
3		10:00-12:00	排球訓練
4		12:00-14:00	午膳及步行入營
5		14:00-14:30	小休
6		14:30-15:00	營地簡介
7		15:00-16:00	自由活動
8		16:00-18:00	排球及體能訓練
9		18:00-19:30	晚飯及小休
10		19:30-21:00	技術分析及團隊訓練
11	28/09/2017(四)	08:00-09:00	早餐
12		09:00-10:00	自由活動
13		10:00-12:00	排球及體能訓練
14		12:00-13:00	午膳
15		13:00-14:00	小休及交通時間
16		14:00-16:00	排球及體能訓練
17		16:00-18:00	自由活動
18		18:00-19:30	燒烤晚會
19		19:30-21:00	技術分析及團隊訓練
20	29/09/2017(五)	08:00-09:00	早餐
21		09:00-10:00	小休及交通時間
22		10:00-12:00	排球及體能訓練
23		12:00-13:00	午膳及離營
24		13:00-14:00	小休及交通時間
25		14:00-16:00	排球及體能訓練
26		16:00-16:30	問卷調查填寫檢討問卷
27		16:30-17:00	交通時間