



中國香港攀山及攀登總會有限公司

CHINA HONG KONG MOUNTAINEERING AND CLIMBING UNION LIMITED

Room 1013, Olympic House, No. 1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

Tel:(852) 2504 8125 Fax:(852) 2576 6532 Web-site : www.chkmcu.org.hk E-mail: office@chkmcu.org.hk

文件編號 : RC/TR/CL/003/2023-2025
由 : 攀岩委員會
致 : 各屬會及註冊攀岩助教
日期 : 2023 年 10 月 19 日

一級攀岩教練培訓及評審計劃 2023

攀岩委員會將於 2023 年 11 月至 12 月期間舉辦一級攀岩教練培訓及評審，現邀請各合乎資格及有志成為一級攀岩教練的註冊攀岩助教報名。

1. 課程目標：

- 1.1. 取得一級攀岩教練資格及註冊後，可教授本會認可之可教授本會認可之攀岩同樂日、沿繩下降同樂日、一級攀岩證書訓練課程及簽發本會一級攀岩訓練證書；
- 1.2. 一級攀岩教練可在二及三級攀岩訓練證書課程中擔任助教。

2. 參加資格：

- 2.1 年滿 21 歲或以上；
- 2.2 註冊成為本會的攀岩助教，並持有三級攀岩訓練證書及由屬會推薦；持有香港身份證；
- 2.3 在助教有效註冊期內持有十六小時本會之屬會所舉辦的認可各級攀岩證書訓練課程助教證明；
- 2.4 必須通過攀岩遴選委員會舉辦之甄別面試及技術試（單段形式領攀技術難度達 YDS5.8 或以上）；
- 2.5 不接受任何教練資歷協調申請。

3. 理論培訓及評審 (12 小時)

- 3.1 傳統攀岩介紹 - 專有名稱講解；
- 3.2 攀岩運動推廣策略及發展 - 攀岩委員會指引；
- 3.3 安全作業程序：教練團隊及學員安全指引、活動風險評估機制、緊急意外應變程序；
- 3.4 一級攀岩教練之職責及守則；
- 3.5 一級攀岩訓練證書課程的教授、督導及管理技巧；
- 3.6 教案及課程編排計劃書。

4. 實習培訓及評審 (32 小時)

- 4.1 頂繩法形式攀爬及單段形式領攀；
- 4.2 領攀、下降撤離及繩索拯救技術；
- 4.3 一級攀岩訓練證書課程的模擬教學；
- 4.4 意外事件處理程序；
- 4.5 一級攀岩訓練證書課程的課程督導及管理。

*各學員必須 100%出席上述訓練課程後，方可進入乙、丙部考核。



中國香港攀山及攀登總會有限公司

CHINA HONG KONG MOUNTAINEERING AND CLIMBING UNION LIMITED

Room 1013, Olympic House, No. 1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

Tel:(852) 2504 8125 Fax:(852) 2576 6532 Web-site : www.chkmcu.org.hk E-mail: office@chkmcu.org.hk

5. 甄別試：

日期	時間	地點
2023年11月15日(三)	19:00-22:00	奧運大樓會議室(面試)
2023年11月19日(日)	09:00-17:00	飛鵝山岩壁(技術試)

6. 課程安排：

日期	時間	內容	地點
2023年11月29日(三)	19:00-22:00	理論培訓工作坊1	奧運大樓會議室
2023年12月3日(日)	09:00-17:00	實習培訓工作坊1	香港天然戶外岩壁傳統路線
2023年12月6日(三)	19:00-22:00	理論培訓工作坊2	奧運大樓會議室
2023年12月10日(日)	09:00-17:00	實習培訓工作坊2	香港天然戶外岩壁傳統路線
2023年12月13日(三)	19:00-22:00	理論培訓工作坊3	奧運大樓會議室
2023年12月17日(日)	09:00-17:00	實習培訓工作坊3	香港天然戶外岩壁傳統路線
2023年12月20日(三)	19:00-22:00	乙部(筆試)	奧運大樓會議室
2023年12月31日(日)	09:00-17:00	丙部(實習評核)	天然戶外岩壁傳統路線
2024年-2025年	19:00-22:00	丁部評審 (理論教學法)	待定
	09:00-17:00	丁部評審 (實習教學法)	待定

7. 報名及費用：

7.1 費用：

報名及甄別試費用 : HK\$700

培訓及乙、丙部評審費：HK\$3,000

丁部評審費用 : HK\$3,000 (通過乙、丙部考核後接獲電郵通知繳交)。

7.2 填妥報名表格(須附有屬會印鑑)，連同兩張支票 \$700 及 *\$3,000(支票抬頭「中國香港攀山及攀登總會有限公司」)，寄往香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1013 室，支票背面請填上姓名及註明「L1RCCC 2023」，遞交資料如不齊全/錯誤，其申請將不獲受理。

*若未能通過甄別試者，將獲退還培訓及乙、丙部評審費

8. 截止日期：2023年11月8日(以郵戳為準，資料不全/錯誤、電郵及傳真報名恕不受理。)

9. 名額：12名(需要通過甄別試，進入培訓及評審計劃)

10. 申請結果：所有申請者獲取錄與否，本會將於2023年11月10日或之前獲電郵通知，敬請留意。

11. 查詢：2504 8428 歐先生

12. 注意事項：

12.1 申請者遞交申請表後，除因計劃取消外，報名費用將不獲發還。

12.2 申請者完成技術試後，如未被取錄，相關的培訓費支票將會銷毀。

12.3 申請者完成技術試後，如被成功取錄，除因計劃取消外，培訓費用將不獲發還。

12.4 攀岩委員會就培訓工作坊及評審試的日期、時間及地點，擁有修改權利。



中國香港攀山及攀登總會有限公司

CHINA HONG KONG MOUNTAINEERING AND CLIMBING UNION LIMITED

Room 1013, Olympic House, No. 1 Stadium Path, So Kon Po, Causeway Bay, Hong Kong

Tel:(852) 2504 8125 Fax:(852) 2576 6532 Web-site : www.chkmcu.org.hk E-mail: office@chkmcu.org.hk

一級攀岩教練培訓及評審計劃 2023

報名表

姓名： (中) _____ (英) _____

性別： _____ 年齡： _____ 學歷： _____

身份證號碼： _____ 出生日期： _____ 年 月 日

地址： (中) _____

(英) _____

聯絡電話： _____ 電 郵： _____

工作機構： _____ 職位： _____

個人達到之最高攀爬難度： _____ 個人攀岩經驗： _____ (年)

攀岩助教證書編號： _____ 簽發日期： _____

***請提交個人紀錄冊副本，以核對助教工作紀錄**



申請人聲明：

本人 _____ 身體健康狀況良好，適宜參加上述計劃，如在計劃期間發生意外而導致任何事故，本人願意承擔全部責任，主辦機構並不須要負上任何法律責任。此外，本人亦明白及同意必須遵守計劃的一切規則。

申請人簽署： _____ 日期： _____

本會現推薦上述人士參加「一級攀岩教練培訓」並合乎申請資格。

推薦屬會：

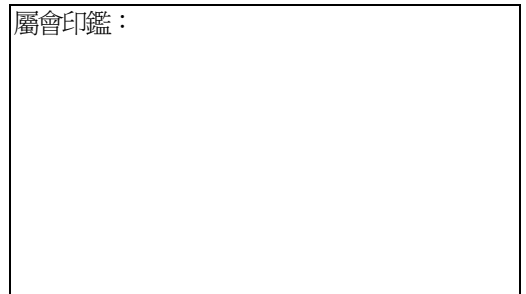
屬會名稱： _____

負責人簽署： _____

負責人姓名： _____

職位： _____

日期： _____



*你提供的資料，只作本會舉辦的活動報名事宜、統計、日後聯絡及活動意見調查之用。遞交申請表後，如欲更正或查詢個人資料，請與本會聯絡，電話：2504 8428。

* 本會專用 For Office Use only

接納日	收款日期	銀行	支票號碼	收條編號
Approved on: _____	Payment Date: _____	Bank: _____	Cheque No.: _____	Receipt No.: _____
審批	負責人	職位	備註	
Approved by: _____	Person in Charge: _____	Position: _____	Remarks: _____	