



中國香港攀山及攀登總會有限公司

HONG KONG, CHINA 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 : SC/GA/CL/038/2023-2025
日期 : 2024 年 9 月 19 日
由 : 運動攀登委員會
致 : 各屬會及註冊運動攀登助教

一級運動攀登教練培訓及評審計劃

運動攀登委員會將於 2024 年 11 月至 12 月舉辦一級運動攀登教練培訓及評審計劃，現邀請各合乎資格及有志成為一級運動攀登教練之人士報名。

- 1 課程目標
 - 1.1 取得一級運動攀登教練資格及註冊後，可教授本會認可之一級運動攀登訓練課程，及簽發本會一級運動攀登訓練證書；
 - 1.2 一級運動攀登教練可在在一級、二級及三級運動攀登訓練課程中擔任助教。
- 2 參加資格
 - 2.1 年滿 21 歲或以上；
 - 2.2 持有香港身份證；
 - 2.3 持有本會運動攀登委員會發出之準運動攀登教練預備課程證書；
 - 2.4 個人紀錄冊副本，證明有不少於五十小時(運動攀登訓練課程：一級 20 小時及二級 30 小時)助教工作紀錄；
 - 2.5 須由本會之屬會推薦；(每個屬會限推薦 1 人)
 - 2.6 個人攀登技術達到難度 6c(法制)。
- 3 理論培訓 (12 小時)
 - 3.1 一級運動攀登教練之職責及守則；
 - 3.2 教學技巧—包括：教學態度、工作分配、教具及教案之預備、場地及環境之控制及運用；
 - 3.3 教案及課程編排計劃書；
 - 3.4 一級運動攀登課程教學技巧(理論課)；
 - 3.5 一級運動攀登教練之職責及守則。
- 4 實習培訓 (24 小時)
 - 4.1 領攀、防護及穿環下降技巧；
 - 4.2 一級運動攀登訓練課程確保技巧；
 - 4.3 一級運動攀登課程教學技巧(實習課)。

*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

HONG KONG, CHINA 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 技術測試

日期	時間	地點
2/11/2024(六)	14:00-20:00	荃灣體育館

6 上課時間表

理論課及乙部考核			實習課及丙部考核 (有關地點及時間正待場館確實，如有修改將另行通知)		
日期	地點	時間	日期	地點	時間
12/11/2024(二)	香港單車館 會議室	19:00-22:00	17/11/2024(日)	調景嶺體育館	0900-1800
19/11/2024(二)		19:00-22:00	24/11/2024(日)	青衣西南體育館	0900-1800
26/11/2024(二)		19:00-22:00	1/12/2024(日)	調景嶺體育館	0900-1800
3/12/2024(二)		19:00-22:00	15/12/2024(日)	圓洲角體育館	0900-1800
10/12/2024(二)		19:00-22:00			

7 報名手續及費用

填妥報名表格，連同上述文件之副本(2.2-2.4)、技術測試費用支票 HK700 及 乙、丙部培訓計劃費用支票 HK\$3,500 (支票分開 2 張，如未能通過技術測試，乙、丙部支票將銷毀)。支票抬頭：中國香港攀山及攀登總會有限公司，支票背後須寫上姓名，寄回香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 1013 室，運動攀登委員會收，信封面請註冊 L1 SCC_2024。丁部評審費用 HK\$3,500 將在乙、丙部考核合格後才需繳交。

8 截止日期

2024 年 10 月 14 日(以郵戳為準)，傳真報名恕不接受。

9 申請結果

所有申請者獲取錄與否，將於 2024 年 10 月 25 日或之前獲電郵通知。

10 查詢

2504 8429 黃先生

11 注意事項

11.1 請者遞交申請表後，除因計劃取消外，報名費用將不獲發還。

11.2 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。

11.3 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。

11.4 運動攀登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

HONG KONG, CHINA 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

一級運動攀登教練培訓及評審計劃

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： _____ 個人攀登經驗： _____ (年)

運動攀登助教證書編號： _____ 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「一級運動攀登教練培訓」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： _____

屬會印鑑：

*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 8429。

* 本會專用 For Office Use only

接納日	收款日期	銀行	支票號碼	收據編號
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: _____	