



# 香港棍網球總會有限公司

HONG KONG LACROSSE ASSOCIATION LIMITED

Unit 2201, 22/F, 88 Hing Fat Street, Causeway Bay, Hong Kong  
Tel: 852-2114 3405 Fax: 852-3747 8599 Email: info@hklax.org Website: www.hklax.org

## 香港棍網球培訓計劃 (女子組)

2018/2019

### 概要

香港棍網球培訓計劃旨在推動香港棍網球發展及培育棍網球球員。本計劃的目的是讓參加者能夠接受高水平的指導及訓練，以讓他們將來能夠在棍網球領域上有更高的成就與持續發展。

### 計劃要求

- 必需已成為香港棍網球總會會員
- 年齡: 12-15 (U15 隊) 或 16-24 歲 (U25 隊)
- 擁有少於 2 年的棍網球經驗

### 計劃詳程

- 一星期不少於一次訓練
- 球季由二零一八年十月至二零一九年四月
- 球員會有機會被挑選代表香港棍網球總會參加本地或海外比賽
- 球員必需參加一個球例工作坊及在香港棍網球總會安排的各種「社區活動」中擔當志工，當中包括但不限於大型活動志工、在聯賽球賽中幫忙等。

### 訓練時間

計劃開始: 二零一八年十月六日  
逢星期六: 佐敦西洋波會 早上九至十一點

### 費用

- 全年費用合共 800 元港幣，以用作訓練開支。費用將會在訓練開始後兩星期收取。
- 報名時，球員必需先到 [www.hklax.org](http://www.hklax.org) 登記為香港棍網球總會之會員
- 出國比賽的費用，將與獲選球員另作收費(總會將資助部份成本)

### 裝備

- 本計劃之球員須配備個人裝備(包括球棍、保護裝備等)。如有申請者(尤其是初學者)尚未擁有個人裝備，或對購買裝備有任何困難或疑問，請聯絡總會尋求協助



香港棍網球總會有限公司

HONG KONG LACROSSE ASSOCIATION LIMITED

Unit 2201, 22/F, 88 Hing Fat Street, Causeway Bay, Hong Kong

Tel: 852-2114 3405 Fax: 852-3747 8599 Email: [info@hklax.org](mailto:info@hklax.org) Website: [www.hklax.org](http://www.hklax.org)

截止日期：二零一八年九月三十日

有意者請前往以下網址報名：[www.hklax.org](http://www.hklax.org)

聯絡人

Gemini Fan

Email: [gemfan@hklax.org](mailto:gemfan@hklax.org)