

## 大埔體育會 翱昇體育會 合辦

### 足毬班 Shuttlecock Course

翱昇體育會於2017年成立，由資深香港足毬代表隊成員及足毬教練所建立，目的是推動足毬運動的發展，把這個中國國粹普及化，讓更多人認識、了解，同時讓大眾把運動成為生活中的一部份，達致全民健身的成效。

編號 Code	訓練名稱 Course	日期 Date	星期 Day	時間 Time	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member	資格 Age	名額 Quota
SHC1	初階班	8,15,22,29/1	二 Tue	20:00-21:00	4	\$300	\$320	6歲以上	24
SHC2		8,15,22,29/1		21:00-22:00	4	\$300	\$320		
SHC5		5,12,19,26/1	六 Sat	09:00-10:00	4	\$300	\$320		

訓練內容：初階: 足毬基本控球技巧 (控球、接球、傳球)

訓練地點：1/F 綜合運動場

教練：翱昇體育會提供合資格導師

報名方法：填妥報名表，連同有關收費到詢問處報名

用具：學員須穿著輕便運動服

備註：請參閱訓練班注意事項



## 大埔體育會 香港飛鏢聯合總會 合辦

### 飛鏢班 Darts Course

編號 Code	訓練名稱 Course	日期 Date	星期 Day	時間 Time	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member	資格 Age	名額 Quota
DT1	初班	7,11,14,18,21,25/1	一及五 Mon&Fri	17:00-18:00	6	\$380	\$400	9歲以上	20

訓練內容：飛鏢機基本介紹、飛鏢盤介紹、投鏢姿勢、握鏢手法

訓練地點：活動室

教練：香港飛鏢聯合總會導師

報名方法：填妥報名表，連同有關收費到詢問處報名

用具：學員須穿著輕便運動服

備註：請參閱訓練班注意事項