



# 香港獨木舟總會

## HONG KONG CANOE UNION

E-mail: [hkcuhkolympic.org](mailto:hkcuhkolympic.org)

Website: [www.hkcucanoe.com.hk](http://www.hkcucanoe.com.hk)

Tel: 25048186 Fax: 28389037

07/2012

### 活動須知

#### 惡劣天氣下的活動安排

天文台於 上午七時 或 活動前兩小時 宣佈*				
天氣情況	斬竹灣及沙田訓練中心		聖士提反灣水上活動中心	葵盛泳池及灣仔訓練池
	旅程 (包括訓練課程內的旅程)	同樂日 / 所有獨木舟課程 / 青苗獨木舟計劃 / 培訓隊訓練		
強烈季候風訊號	活動將會取消		仍需到訓練中心報到。活動進行與否，由負責教練視乎場地的天氣情況而定	
雷暴警告	仍需到訓練中心報到。活動進行與否，由負責教練視乎場地的天氣情況而定			
暴雨警告	黃色	活動將會取消		
	紅色	活動將會取消		
黑色	活動將會取消		當日活動將會取消，餘下課程則會如期舉行	
颱風訊號	一號	活動將會取消	仍需到訓練中心報到。活動進行與否，由負責教練視乎場地的天氣情況而定	
	三號	活動將會取消	當日活動將會取消，餘下課程則會如期舉行	仍需到訓練中心報到。活動進行與否，由負責教練視乎場地的天氣情況而定
	八號或以上	當日活動將會取消，餘下課程則會如期舉行		

\* 如有關颱風訊號或黑色暴雨訊號於上午七時前 或 活動前兩小時取消，該天活動將如期舉行。

如因惡劣天氣或場地維修等問題而須取消活動，本會職員將通知受影響的參加者安排補課或退款。其他理由缺席訓練者，恕不獲安排補課或退款。未能安排補課的活動，參加者可於活動完結後 **30 天**內連同收據正本向本會申請發還款項。詳情請向本會查詢。

#### 裝備

- 泳衣/泳褲、有袖外衣、洗滌用品、後備衣物、包趾及包跟鞋(例如：白布鞋)。
- 中級或以上獨木舟訓練課程參加者必須帶備防浪裙、防水哨子及旅程裝備(詳情請留意獨木舟活動紀錄冊相關訓練內容)。有關如何購買裝備，可於首天訓練日向教練查詢。
- 灣仔訓練池、葵盛泳池均設有儲物櫃，使用者請自備五元輔幣乙個；聖士提反灣水上活動中心、沙田及斬竹灣訓練中心的場地使用者則需自備掛鎖。
- 活動時必須穿著本會提供的救生衣或助浮衣。**如參加者的裝備不適當，將被拒絕上課。

#### 膳食

- 參加者需自備食物及飲料。旅程活動參加者請自備防水袋/筒存放食物。
- 沙田訓練中心、聖士提反灣水上活動中心及泳池均設有飲品售賣機，參加者請自備輔幣或八達通卡。
- 所有半天課程將不設午膳時間。

#### 其他

- 參加者於上課時，必須攜帶獨木舟活動紀錄冊、有關資歷證明文件、身分證明文件及收據出席活動給教練核對，否則不能參與當日的水上活動。
- 理論及技術訓練之出席率不足 100%者，不可參加該證書考核，有關費用，概不發還，亦不會獲安排補堂及考核改期。
- 為免阻礙課程的進度，參加者必須準時到達訓練中心向教練報到。
- 參加者請注意自己的身體狀況，如有感到不適，應留在家中休息，不應勉強上課。參加者如在課程進行時感到不適，必須立即停止活動及通知教練。
- 如教練於任何時候觀察到參加者的健康狀況不宜學習，教練有權終止其學習，以策安全。
- 參加者不得更改班別或私自轉換他人上課。
- 所有考試 / 課程 / 活動申請一經本會批准後，申請者所繳費用，概不發還。
- 水上活動中心範圍內嚴禁吸煙。
- 參加者請勿攜帶寵物參加活動。
- 教練及本會職員有權拒絕讓未能通過游泳測試者上課。
- 教練及本會職員有權拒絕讓不守紀律者繼續上課。
- 請保持場地整潔，愛惜公物及將所有器材完好歸還。場地設施或器材如有損毀，本會將保留追討賠償之權利。
- 如有任何問題，請及早與本會秘書處(電話：25048186)或沙田石門獨木舟訓練中心(電話：26462642)查詢。**

Affiliated to : International Canoe Federation Asian Canoe Confederation  
Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China