



2018-19 三項鐵人教練延續課程

課程(3) 單車個人化設定

課程(4) 高階設置及調校

班 號：	2018-19 Triathlon Refresher Course 3 & 4
日 期：	2018 年 12 月 23 日 (星期日)
時 間：	課程 3: 下午 2 時 00 分至 4 時 00 分 課程 4: 下午 4 時 00 分至 6 時 00 分
地 點：	香港體育學院會議室 MBL2B (新界沙田源禾路 25 號)
講 者：	Mr. Christopher Ciclista Louis Fong 方家進
講者簡歷：	-Bike Consultant, Bike Fit Instructor, Spinning Instructor (USA) & HKCA Coach -Retul Master's Motion Analysis Certification (Retul Master Fitter)
教學內容：	課程 3: 單車個人化設定 (Bike Fit) : Bike Fit 把身體在單車上做一個平衡的動作，把身體重量盡量發佈在患處意外的地方,保持騎行舒適度從而減少不必要的能量流失 課程 4: 高階設置及調校
教授語言：	粵語
入讀資格：	持本會或 ITU 第一級或以上之教練，2018 註冊教練優先。
報名費用：	費用全免
名 額：	40 人
報名辦法：	(1) 已填妥的報名表；及 (2) 上述入讀資格證明 (以作為取錄的參考)；及 (3) 申請人須將以上資料 傳真(25768253) 、 電郵(norris.hung@triathlon.com.hk) 、 郵寄或親身 遞交本會辦事處。申請人須核實 所有資料整齊 ，否則不獲接受及處理。
收生政策：	按以下次序優先考慮 (1) 2018-19 年度本會註冊教練 (2) 教練級別 (3) 獲取教練資格之年份 (4) 曾否任教本會課程
截止日期：	2018 年 12 月 14 日(星期五) 以郵戳為準，逾期將不獲接受
備 註：	(1) 本會有權按實際情況修改課程資料及內容，已獲取錄學員將會獲得通知； (2) 本會將於當日課程完成後頒發出席證書 (3) 惡劣天氣安排： 如開課前兩小時仍懸掛八號或以上風球或黑色暴雨警告訊號，課程將會延期，補課日期和時間將另行通知。
查 詢：	電話 (2504-8282) 或電郵 (norris.hung@triathlon.com.hk) 與香港三項鐵人總會職員聯絡。



2018-19 三項鐵人教練延續課程

課程(3) 單車個人化設定

課程(4) 高階設置及調校

個人資料

課程(3) 單車個人化設定 課程(4) 高階設置及調校 報讀以上兩個課程 (請在方格內✓)

姓名: (English) _____ (中文) _____

出生日期: _____年_____月_____日 年齡: _____

身份証號碼: _____ () 性別: _____

聯絡電話: (1) _____ (2) _____

傳真: _____ 電郵: _____

所屬之三項鐵人會屬會 (如有): _____

教練級別: _____ 獲取教練資格之年份: _____

曾否任教本會課程(如有, 請列明):

地址(英文): _____

最近一次參與本會所舉辦之三項鐵人比賽及距離: _____

緊急聯絡人資料:

姓名: (English) _____ (中文) _____

聯絡電話: (日間) _____ 與參加者關係: _____

責任聲明 DECLARATION:

本人是自願參加此活動和願意承擔自身的意外風險及責任, 本人並無權向主辦機構及所有與這比賽直接或間接有關的獨立機構, 就本人在活動進行期間及往返活動場地時所引致之所有損失, 包括但不限於自身意外、死亡或其他任何形式的損失, 進行任何索償或追討責任。本人准許香港三項鐵人總會使用本人所提供之資料, 作為本活動及未來活動宣傳之用。本人明白可隨時聯絡 trihk@triathlon.com.hk 以修改個人資料或提出拒絕接收往後之宣傳資料。

I understand that by participating in the Event there are risks of injury, death and/or loss. I am hereby entering the Event at my own risk and responsibility. I discharge the Organizer and any other individual organization connected directly or indirectly with the Event from any responsibility in the event of including but not limited to injury, death or loss of property incurred during a consequence of or while travelling to or from the Event. I permit the Tri HK to use the above personal data in the operation of this activity and to inform me of future activities. I understand I can contact trihk@triathlon.com.hk to amend any of my personal data, and or to refuse receiving further promotional information by emailing to the said address.

I am physically fit and capable of participating in the Event and have not been otherwise advised by a qualified medical practitioner.

本人聲明本人身體健康及有能力參加此活動, 並經由執業醫生確認本人之體適能適合參加此活動。

I am physically fit and capable of participating in the Event and have not been otherwise advised by a qualified medical practitioner.

參加者簽署:

Participant's Signature: _____

日期:

Date: _____

報名時除本表格外, 請檢查是否已附上:

入讀資格證明 (以作為取錄的參考);

申請人必須核實上述所有資料整齊, 否則該申請將不獲接受及處理。