



南區康樂體育促進會 暨



南區長跑會

章程

一) 宗旨

- i. 推廣社區跑步運動、發展與提升地區跑步運動的水平及促進會員之間友誼。
- ii. 推廣及舉行大型康體活動及比賽，向市民灌輸跑步的正確方法及益處，培養強健體魄和發揮個人潛能。
- iii. 發掘有潛質的年青新秀，提升他們參與有系統的培訓和專業指導。
- iv. 協助社區內其它團體推廣體育活動。

二) 組織

"南區長跑會"成立於一九八七年七月並附屬於南區康樂體育促進會的一個組織。南區長跑會亦是香港業餘田徑總會的正式屬會。

三) 會員

跑步有興人士，均可報名參加成為會員。十二歲以下參加者必須由家長 / 成人陪同。

四) 年費

成人 (18歲或以上)150元。少年 (17歲或以下)120元。長者(60歲以上) 80元。支票付款抬頭「南區康樂體育促進會有限公司」。

五) 練習

每年由七月至明年二月，逢星期五下午六時卅分至八時卅分於香港仔運動場由教練帶領進行練習。

六) 測驗 / 會內比賽

訓練期間將舉行多次測試及比賽，以測驗各會員的進展及增加練習興趣。

七) 公開比賽

南區長跑會將會派隊參加多項公開比賽，藉此提高會員對比賽的興趣。

八) 金羚羊

頒予全年最優秀之男女子運動員，由教練小組甄選並交由執委會審核。

九) 康樂活動和研討會

將舉辦康樂活動及研討會，藉此增加會員的交往及運動知識。

十) 報名辦法

報名可於星期五練習時間交回香港仔運動場南區長跑會或寄香港仔鴨脷洲橋道328號南區康樂體育促進會收。

十一) 參加守則

申請人須確信自己身體健康情況良好，並無任何疾病引至不宜參加此項練習。凡年齡未滿十八歲申請者，須經家長或監護人簽署同意書的部份。

十二) 義務及責任

會員在每週五訓練期間必須遵從本會委派教練的指導，務必穿著本會會衫，出席由本會安排的訓練和活動。會員進入會所時，須出示會員証。

十三) 查詢電話及地址

香港仔鴨脷洲橋道328號南區康樂體育促進會。
電話：2555 1014；傳真：2555 0626
電郵：enquiry@sdhkhk.org
網頁：www.sdhkhk.org





南區長跑會 (2011 -12) 會員申請

會員編號：

(本會專用)

(甲) 個人資料

姓名(中文): _____ (英文) _____

出生日期：_____年_____月_____日 性別：(男 / 女)

地址：_____

電郵地址：_____@_____

身份証號碼：_____ 聯絡電話：_____ 職業：_____

**如願意擔任本會活動義工, 請 () .

T - 恤：XL / L / M / S

(備註: 閣下所提供的資料只用於本會活動之用。如欲在遞交申請後更改個人資料, 可與本會聯絡。填妥表格, 可於星期五晚上六時三十分至八時三十分, 交回香港仔運動場南區長跑會或寄回南區康樂體育促進會。)

(乙) 聲明 (十八歲或以上的申請者)

本人已經詳細閱讀南區長跑會之章程, 並且充份明瞭及願意遵守有關的參加守則。現謹此證明本人並無任何疾病足令本人不適宜參加這項活動。本人亦明白假若是純粹因個人的疏忽而引致的任何意外, 均與主辦機構無關及無須負上任何責任。

申請人簽署：_____ 日期：_____

(丙) 家長/監護人同意書 (十七歲或以下的申請者須由家長/監護人簽署下列同意書)

本人同意敝子弟 姓名 _____ 申請參加南區長跑會並接受有關訓練和活動。

本人已經詳細閱讀南區長跑會之章程, 並且充份明瞭有關的參加守則。現謹證明該申請人並無任何疾病足以令其不適宜參加這項活動。同時本人亦明白假若是純粹因為申請者個人的疏忽而引致的任何意外, 均與主辦機構無關及無須負上任何責任。

家長/監護人簽署：_____ 日期：_____