

東華三院邱子田紀念中學  
2021/22 學年 課外活動處通告  
「健身訓練課程」

為提升學生的體育運動發展及學習有效地進行健體運動。本校今學年將增設健身訓練課程供同學報名參加，屆時將會有專業健身教練在場向學生教授專業健身知識，讓同學能夠學習如何正確及安全地使用健身器材、認識體適能及運動的概念，從而令同學強健體魄。本年度的健身訓練課程將定於 11 月 22 日(星期一)開始舉行，詳情如下：

上課日期	上課時間	上課地點	負責老師	對象
22、29/11/2021; 13/12/2021;	下午 1 時 15 分至 2 時 45 分 (半日制時間表上課)	學校健身室	古德成老師 陳玉碧老師	全校學生
24/01/2022; 14、21、28/02/2022	下午 4 時至 5 時 30 分 (全日制時間表上課)			

請於 11 月 19 日前填妥 eClass 電子通告回條以示知悉本校開設健體課程資料及了解報名程序。如對上述活動有任何查詢，請致電 2465 2205 聯絡負責老師。

此告

東華三院邱子田紀念中學校長  
葉偉儀 謹啟

二零二一年十一月十七日

備注：

- 1) 如學生已完成最少一劑 2019 冠狀病毒病疫苗接種並超過 14 天，將可參與整課健身訓練課程；
- 2) 如學生並未有接種 2019 冠狀病毒病疫苗，只可參與下午 1 時 15 分至 2 時之健身訓練課程。
- 3) 參加健身訓練時必須穿著整齊本校運動服及運動鞋。
- 4) 每堂健身訓練課程名額 10 名，有意參加的同學可於上述期間(逢星期一)於本校自學資源中心 (G/F)報名參加，名額有限，先到先得。