



The Blue Angel Sports Limited

藍天使體育有限公司

地址 Address : 香港九龍觀塘創業街 36 號華基中心 19 樓 1 室
Unit 9, 10/F, Ricky Centre, 36 Chong Yip Street, Kwun Tong, Kowloon Hong Kong

網址/Website: www.tbasa.org

電郵/E-mail: info@tbasa.org blueangelsports@yahoo.com.hk

電話/Tel: 2116 3897

傳真/Fax: 2116 0982

2010 年 7-8 月-泳隊訓練課程

課程內容：

- 速度、力量以及心肺功能的訓練。
- 四式技術改良及教授起跳、轉池及終點觸池等競賽技術。
- 訓練內容並會根據學員的技術水平、年齡及身體狀況而作出調整，制定出合適的訓練計劃。
- 表現良好的學員，將會被推薦參加全港公開的游泳比賽。

1. 香港教育學院 課程

香港教育學院室外泳池，學員須於上課前 10 分鐘到達泳池更衣並到池面集合。

上課日期及時間： *學員可選擇參加其中一個或同時參加多個/天的課程!*

上課時間	日期	星期	堂數	合計費用
IED-ST-2 10:00--12:00	2010 年 7 月 6,13,20,27 日，8 月 3,10,17,24 日	星期二	8 堂	\$800.00
IED-ST-4 10:00--12:00	2010 年 7 月 8,15,22,29 日，8 月 5,12,19,26 日	星期四	8 堂	\$800.00
IED-ST-6 10:00-12:00	2010 年 7 月 3,10,17,24,31 日，8 月 7,14,21 日	星期六	8 堂	\$800.00

備註：以上已包括入場費，新學員並可獲優質泳帽乙頂。

2. 顯田室內游泳池 課程

學員須於上課前十分鐘到達泳池門口集合並由教練帶領入場。

上課日期及時間： 全年提供訓練。

編號	訓練時間	上課日期	每星期堂數	每月費用
HT-ST-2 Day	星期一至星期六的訓練時間： 17:00-19:00 星期四的訓練：18:30-20:30	星期一、三、五中的其中 2 天	2 堂	\$600.00
HT-ST-3 Day		星期一、三、五	3 堂	\$750.00
HT-ST-4 Day		星期一、三、五及六 共 4 天	4 堂	\$900.00
HT-ST-5 Day		星期一至星期六的其中 5 天	5 堂	\$1,100.00
HT-ST-6 Day		星期一至星期六 共 6 天	6 堂	\$1,200.00

* 以上費用已包括入場費，新學員均可獲贈優質泳帽乙頂。 ** 訓練費按月計算。

報名及繳費方式：

請填寫好學員報名表，連同訓練費用交回本司教練。

a. 訓練費可直接存入敝司銀行帳戶（中國銀行：012-815-1-017495-3，帳戶名稱：藍天使體育有限公司），並將銀行入數紙連同報名表交給教練。

b. 以支票支付，支票抬頭請寫“**The Blue Angel Sports Limited**”或“**藍天使體育有限公司**”，並在支票背面寫上學員班別、姓名，連同報名表交給教練。

查詢及報名：

如有任何疑問或查詢，請致電 **葉小姐**（電話：6026 7318）或 **梁教練**（電話：9098 8363）。