



26-27 田徑隊訓練詳情 (上學期)

敬啟者：貴子弟早前透過通告(26-27)第 022 號報名參加田徑隊訓練，現已獲校方取錄 (名單見附件)。訓練班將於 **2026 年 9 月 12 日(星期六)** 開始，參加者**必須**出席所有訓練，缺席者將不獲安排出席比賽。

為尊重每一次的訓練成果並培養學生的自律精神，**每次訓練均會計算出席率**，日後的出席率將會作為挑選比賽名單以及評估田徑隊成員資格的重要參考標準。詳情臚列如下：

跳遠及擲項(田項)訓練 (星期二)	跑步(徑項)訓練 (星期四)
訓練日期： 2026 年 9 月 12 日至 2026 年 1 月 26 日 (公眾假期、考試週 及 考試前一週暫停訓練) 訓練時間：下午 3 時 30 分 至 下午 5 時 30 分	
地點：學校操場	地點：禮堂外集合 (由教練帶領前往訓練場地)
盧倪鋒教練 (盧 sir)	

跑步(徑項)訓練 (星期六)	跳遠及擲項(田項)訓練 (星期六)
訓練日期： 2026 年 9 月 12 日至 2026 年 1 月 26 日 (公眾假期、考試週及考試前一週暫停訓練) 訓練時間：上午 8 時 至 上午 10 時	訓練日期： 9 月 12 日 10 月 3、10、17、24、31 日 11 月 7、14 (小六除外)、21、28 日 12 月 12、19 日 1 月 16、23 日 訓練時間：上午 8 時 至 上午 10 時
地點：深井西堤公園	地點：學校操場
深井靈光堂教練 (Ben sir)	盧倪鋒教練 (盧 sir)

注意事項：

- 出席率計算：**學期尾將計算整體訓練出席率，**出席率必須達 70% (7 成) 或以上**，方會正式符合資格獲計算為本學年田徑隊成員。
- 請假事宜：**每次缺席訓練均必須正式請假。若因病或事假未能出席，家長須提早致電學校通知體育科老師。如屬合理理由（如病假、學校官方大型活動等），經校方批准後可獲豁免計入缺席率。
- 參加者必須服從導師的教導及認真學習，並請穿著**整齊體育服及合適跑鞋**出席。
- 選拔為學校代表出賽時，將考慮學生的體能表現、態度及出席率。
- 如參加者於日後需代表學校出賽，學校有機會提供額外訓練，額外訓練日期將另作通知。

敬請 貴家長填妥電子回條，及確認傳送回條予校方辦理。如有任何查詢，可與司徒育諭老師聯絡。

此致
貴家長

文翠珊校長 謹啟

二零二六年九月九日