

羽毛球 Badminton

☎ 2783 3636 (鍾先生 Mr Chung)

無論男女老少，初學或進階，總有合適你程度的羽毛球訓練班。

1. 自備球拍，最少 4 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排
3. 凡於 2024 年 10 月後曾參加九龍會所兒童羽毛球訓練班，均可獲資格參加 2025 年 4 月 4 日舉辦之 YM Sports 羽毛球選拔賽

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------|------------------------|----------------------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *4904.01C.24009 | 晨早羽毛球班 | 16 歲或以上 | 藍巍 | 25/2 - 15/4 | 二 Tue | 0930 - 1100 | 6/F 主場館 | 8 | \$940 | 20 |
| *4904.01C.24010 | 晨早羽毛球班 | | | | | 1100 - 1230 | | | \$940 | |
| *4904.01B.24005 | 周二羽毛球班 | | | 4/3 - 22/4 | 二 Tue | 1900 - 2100 | | | \$1160 | |
| *4904.01E.24005 | 周五羽毛球班 | | | 10/1 - 7/3 (31/1) | 五 Fri | 1930 - 2130 | | | \$1160 | |
| *4904.01E.24006 | 周五羽毛球班 | | | 21/3 - 23/5 (4/4, 18/4) | 五 Fri | 1930 - 2130 | | | \$1160 | |
| *4904.01J.24005 | 周日幼兒羽毛球班 | 5 - 8 歲 | | 23/2 - 20/4 (23/3) | 日 Sun | 1300 - 1430 | | \$940 | | |
| *4904.01M.24005 | 周日兒童羽毛球班 | 9 - 12 歲 | | | | 1430 - 1600 | | \$940 | | |
| *4904.01S.24005 | 周日青少年羽毛球班 | 13 - 16 歲 | | | | 1600 - 1730 | | \$940 | | |

九龍會所 - 羽毛球訓練班比賽 2025

網上報名 Register Online

為 YMCA 青少年會友提供參與羽毛球比賽的機會，藉此維繫他們對羽毛球的興趣，希望運動員在比賽當中可以切磋技術之餘並體現出永不放棄的體育精神。

本賽事採用 21 分直接得分制，最多加分至 30 分，初賽賽事採用一局決勝制；各準決賽及決賽則採用三局兩勝制。

每組冠、亞、季可代表九龍會所參加 YM Sports 羽毛球選拔賽 2025，有機會代表香港中華基督教青年會參與海外交流活動。

截止報名日期：2025 年 3 月 16 日

參賽資格：於 2024 年 4 月 1 日至 2025 年 3 月 31 日期間曾參加九龍會所之青少年羽毛球訓練班。

☎ 2783 3639 (蕭先生 Thomas)

程序編號 Program I/O：
 男子單打 A 組 (出生日期：1/1/2013 或以後)：490405242A
 男子單打 B 組 (出生日期：1/1/2015 或以後)：490405242B
 女子單打 C 組 (出生日期：1/1/2013 或以後)：490405242C
 女子單打 D 組 (出生日期：1/1/2015 或以後)：490405242D

對象 Target：12 歲或以下會友

日期 Date：4/4/2025 (五 Fri) 清明節公眾假期

時間 Time：1000 - 1600

地點 Venue：九龍會所 6 樓主場館

名額 Quota：每組 12 個名額

費用 Fee：\$150



參加者須知：

- 本會將提供當日比賽用的羽毛球，參賽者須自備球拍，並穿著運動服裝及不脫色運動鞋。
- 參賽者須依賽程表指定比賽時間 15 分鐘前報到及出席全部賽事。在賽程表指定時間逾時 5 分鐘仍未報到者，會被判棄權。
- 在首場比賽之後，大會會因實際情況而作出估算及公佈下一輪比賽召集時間，參賽者應留意大會工作人員指示及密切留意大會召集公告。如有任何疑問，請即向報到處查詢。
- 本會不設上訴，所有賽果以當場裁判之判決為準。
- 賽程表將於比賽前一星期公佈，可致電查詢或可於本會網站下載。
- 參賽者須留意大會宣佈及遵守場地守則。參賽者如有違反比賽規則或有不良行為而影響賽事，本會有權取消其參賽資格，所繳之費用將不會發還。
- 除本章程明文規定外，其它賽規一概依香港羽毛球總會現行比賽規則執行。
- 閣下提供的個人資料只作報名、統計、日後聯絡及宣傳本會活動之用，除獲本會授權職員外，不會提供予其他人士。
- 本章程如有未盡完善之處，大會會隨時修改，並保留最終決策之權利，敬請參賽者遵守及尊重，不得異議。

羽毛球運動員班 Badminton (Match-oriented)

☎ 2783 3639 (蕭先生 Thomas)

以比賽為目標之羽毛球訓練班，學習技巧與戰術運用。

1. 自備球拍，最少 4 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------------------------|------------------------|----------------------------|-----------|-------------|----------------|----------------|-----------|-------------|
| 4904.01F.24106 | C 班 | 7-11 歲 | 港羽羽毛 球會 | 8/2 - 12/4 (22/2, 22/3) | 六 Sat | 0900 - 1015 | 6/F 主場 館 | 8 | \$1680 | 12 |
| 4904.01F.24206 | B 班 | 9-13 歲有半年訓練以上 (經測試) | | | | 1015 - 1145 | | | \$2080 | 10 |
| 4904.01F.24306 | A 班 | 9 歲以上，曾是羽總青苗，青年軍，銅章，學校校隊 (經測試) | | | | 1145 - 1330 | | | \$2380 | 18 |

室內足球

Indoor Football



2783 3636 (鍾先生 Mr Chung)

以遊戲方式教導學員足球技術，並著重安全及團隊精神。

1. 最少 8 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------|------------------------|--------------------------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *4904.18F.24011 | 幼童小型足球班 | 6 - 8 歲 | 林思齊 | 15/2 - 26/4 (22/2, 22/3, 19/4) | 六 | 1500 - 1630 | 6/F 主場館 | 8 | \$900 | 20 |
| *4904.18F.24012 | 兒童小型足球班 | 9 - 13 歲 | | | Sat | 1630 - 1800 | | | | |

健步足球入門班

(中國香港健步足球協會有限公司)



2783 3631 (吳小姐 Summer)

本課程為參加者提供針對比賽的訓練，透過進階訓練及戰術運用，提升學員整體足球水平。

課程內容：攻守 / 死球戰術、小組配合、位置走動、陣式運用

1. 請穿著輕便運動服裝 2. 最少 8 人開班 3. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 對象 Target | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|--------------|----------------------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *6101.01F.24001 | 40 歲或以上女士 | 15/1 - 26/2 (29/1) | 三 | 1700 - 1830 | 6/F 主場館 | 6 | \$360 | 20 |
| *6101.01F.24002 | | 5/3 - 26/3 | Wed | | | 4 | \$240 | |
| *6101.01M.24001 | 50 歲或以上男士 | 3/1 - 28/2 (31/1) | 五 | 1330 - 1500 | | 8 | \$480 | |
| *6101.01M.24002 | | 7/3 - 28/3 | Fri | | | 4 | \$240 | |

閃避球

Dodgeball



2783 3636 (鍾先生 Mr Chung)

閃避球是一種非身體接觸的對抗性運動，鍛鍊個人敏捷身手並需配合團體作戰。

1. 最少 5 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------|------------------------|--------------------------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *4904.26M.24006 | 閃避球班 | 8-14 歲 | 黃志華 | 15/2 - 26/4 (22/2, 22/3, 19/4) | 六 | 1330 - 1500 | 6/F 主場館 | 8 | \$900 | 20 |

乒乓球

Table Tennis



2783 3636 (鍾先生 Mr Chung)

乒乓球講求反應及力度控制，對兒童肌肉及腦筋發展有幫助。

1. 自備球拍，最少 4 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------|------------------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *4904.23E.24011 | 幼童乒乓球班 | 6 - 8 歲 | 林錦堂 | 21/2 - 25/4 (4/4, 18/4) | 五 | 1630 - 1800 | 6/F 主場館 | 8 | \$940 | 12 |
| *4904.23E.24012 | 兒童乒乓球班 | 9 - 13 歲 | | | Fri | 1800 - 1930 | | | | |
| *4904.23J.24011 | 兒童乒乓球班 | 9 - 13 歲 | | 日 | 0930 - 1100 | | | | | |
| *4904.23J.24012 | 幼童乒乓球班 | 6 - 8 歲 | | Sun | 1100 - 1230 | | | | | |

小型網球

Mini Tennis



2783 3636 (鍾先生 Mr Chung)

利用較細的球拍及彈性較低的小型網球，可打好網球技術的基礎。

1. 自備球拍，最少 4 人開班 2. [*] 課程設有舊生報名安排

| 課程編號 Course Code | 級別 / 班別 Level/Class | 對象 Target | 導師 / 教練 Tutor/Coach | 日期 (除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|------------------------|--------------|------------------------|----------------------------|-----------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| 4904.22J.24006 | 兒童小型網球班 | 5 - 9 歲 | 運動世家 (香港) 有限公司 | 9/2 - 6/4 (16/2, 23/3) | 日 | 1700 - 1830 | 7/F 壁球室 | 7 | \$1800 | 3 |

- 1) 專業團隊制定課堂內容 - 兩位超過十年教學經驗之籃球教練
- 2) 教授傳(傳球)、運(運球)、射(射球)、步法及防守之基礎訓練, 加上籃球知識及球例教授, 為參加者打好基礎。
- 3) 以球隊為目標, 代表九龍會所出賽 4) 個人成長及團隊精神訓練。

! 1) 「*」設有舊生報名安排, 新參加者如有興趣可致電查詢 2) 學員須穿著適當運動衣服及不脫色運動鞋。

| 課程編號 Course Code | 級別/班別 Level/Class | 對象 Target | 導師/教練 Tutor/Coach | 日期(除外) Date(Exception) | 星期 Day | 時間 Time | 地點 Venue | 堂數 Sessions | 費用 Fee | 名額 Quota |
|---------------------|----------------------|-----------------|--|---------------------------|-------------|-------------|-------------|----------------|-----------|-------------|
| *4904.03A.24011 | U9 A班(男) | 5-9男會友 | 余權鴻 黎漢威 戚鎮宇 唐嘉儀 邱雯卓 劉皓傑 余韻婷 趙梓鈞 許潤釗 范樂邑 | 10/2 - 31/3 | 一 Mon | 1700 - 1830 | 6/F | 8 | \$960 | 30 |
| *4904.03A.24012 | U9 B班(男) | | | 13/2 - 3/4 | 四 Thu | | | | \$960 | |
| *4904.03B.24010 | U12(男)A班 | 10/2 - 31/3 | | 一 Mon | \$960 | | | | 15 | |
| *4904.03B.24011 | U12(男)B班 | 13/2 - 3/4 | | 四 Thu | \$960 | | | | | |
| *4904.03C.24005 | U16(男) | 12-16男會友 | | 13/2 - 3/4 | 四 Thu | 1830 - 2000 | | | \$960 | |
| *4904.03D.24005 | U10(女) | 5-10女會友 | | 11/2 - 1/4 | 二 Tue | 1700 - 1830 | | | \$960 | 40 |
| *4904.03E.24005 | U16(女) | 11-16女會友 | 11/2 - 1/4 | 二 Tue | 1700 - 1830 | \$960 | | | | |
| 4904.03T. 24020 | KC 少年軍 | (代表隊) 須由教練推薦 | 10/2 - 31/3 | 一 Mon | 1830 - 2000 | \$870 | 20 | | | |
| 4904.03T. 24021 | KC 青年軍 | | 10/2 - 31/3 | 一 Mon | 1830 - 2000 | \$870 | | | | |
| 4904.03T. 24022 | KC 女子隊 | | 15/2 - 5/4 (22/2) 網上版更新 | 六 Sat | 1800 - 2000 | 7 | | \$760 | | |
| 4904.03T. 24023 | KC 男子隊(MO) | | 10/2 - 31/3 | 一 Mon | 2000 - 2200 | 8 | | \$870 | | |



網上報名：
<http://portal.ymca.org.hk/>



網上報名教學：
<http://kln.ymca.org.hk/online>

快樂籃球精英計劃 球隊招募日

14-19歲
男女會友

2025年
1月1日
(三) | 14:30
| 17:00

九龍會所6樓綜合體育館
油麻地窩打老道23號活動樓

編號: 4904.03R.24001

參加者必須為青年會有效會友

費用全免

可同步登記參與AYP香港青年獎勵計劃

☎ 查詢: 2783 3609 (余sir)