

# 新興運動推介 New Sports

新興運動是指非傳統的體育運動。配合世界的運動趨勢，新興運動等運動在港日漸盛行，頗受學界和社區人士歡迎。傳統運動發展成熟，技術要求較高；相反新興運動的規則及要求未有大大局限性，對於初學者的門檻較低。透過各樣新興運動體驗，能讓夠在探索及經驗學習中提升協作能力、溝通能力、思考能力及創造力，從中得到滿足感和建立自信。

把不同新興運動帶入社區，新計劃目的將為促進不同年齡組別和能力水平的人士參與新興運動，鼓勵參與者通過新興運動來養成持續鍛煉的習慣。

## 匹克球 Pickleball [網上報名 Register Online](#)

 2783 3611 (徐小姐 Koey)

匹克球集合了網球、羽毛球和乒乓球的元素，球拍及球較輕加上所需的運動強度較低，對各年齡層和不同能力人士，匹克球都很容易上手及參與。匹克球打授基本技巧：握拍、站姿、揮拍、規則與得分，學習基本技能，如網前球、截擊、發球和抽擊。

**!** 1. 提供球拍及其他設備。2. 「\*」課程設有舊生優先報名安排（只限同一參加者及同時段課程），歡迎新參加者查詢

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
*4904.22B.25001	初階 Elementary	18 歲或以上	黃婉婷 Ashura 或合資格 導師	1/4 - 13/5	二 Tue	1245 - 1415	6/F 主場館	7	\$770	18
*4904.22B.25002				20/5 - 24/6				6	\$660	
*4904.22B.250011				6/4 - 11/5 (20/4)	日 Sun	1915 - 2045		5	\$650	12
*4904.22B.25012				18/5 - 29/6 (22/6)				6	\$780	12
*4904.22B.25101	中階 Intermediate	經教練推薦 或完成兩期 初階課程	黃婉婷 Ashura 或合資格 導師	6/4 - 11/5 (20/4)	日 Sun	1730 - 1900	6/F 主場館	5	\$750	18
*4904.22B.25102				18/5 - 29/6 (22/6)				6	\$900	
*4904.22B.25401	技術改良 Refinement	經教練推薦 或完成兩期 中階課程	合資格 導師	19/6 - 10/7	四 Thu	2000 - 2130		4	\$760	12
4904.22B.25021	體驗班 Trial	任何有興趣 人士		11/6 - 2/7	三 Wed	1530 - 1700		4	\$440	18
4904.22B.25022			11/6 - 2/7		2015 - 2145	4	\$440	18		

自組匹克球班 (按人數每位收費)

自組班 Private Class	5 歲或以上	合資格 導師	以小組形式預約 (1 小時)			7/F 壁球室	4	\$1600	2
								\$1060	3
								\$800	4
自組班 Private Class	18 歲或以上	合資格 導師	以小組形式 預約	二 Tue	1430 - 1530	6/F 主場館	4	2 人: \$2000/ 人	
					1530 - 1630			3 人: \$1320/ 人 4 人: \$1000/ 人 5 人: \$800/ 人 6 人: \$660/ 人	

