

2026 年水上活動中心課程 (五月至六月)

時間表

課程	日期	網上報名日期	上課時間	費用	截止報名日期	名額
獨木舟一星訓練班 (一天課程)	1. 5月9日(六)(K2) 2. 5月30日(六)(K3) 3. 5月31日(日)(K4)	4月24日(五) 至 4月27日(一) (K2 - K6 & W3)	上午九時 至 下午五時正	學生\$210 (\$120 學費 + \$90 按金) 職員 / 家屬\$270 校友 / 嘉賓\$360	開課前 20天	8人
獨木舟二星訓練班 (一天課程)	6月6日(六)(K5)	*****		學生\$630 (\$430 學費 + \$200 按金) 職員 / 家屬\$700 校友 / 嘉賓\$740		
獨木舟三星訓練班 (一天課程)	6月7日(日)(K6)	*****		學生\$680 (\$480 學費 + \$200 按金) 職員 / 家屬\$740 校友\$850 嘉賓\$950		6人
初級滑浪風帆訓練班 (二天課程)	1. 5月23(六)及24(日)(W3) 2. 6月27(六)及28(日)(W4)	5月8日(五) 至 5月11日(一) (S3 & W4)				
風帆入門訓練班 (第一級)(二天課程)	6月20(六)及21(日)(S3)					

中心亦會按團體小組需要，開辦特設的團體訓練課程。詳情請致電 2603-6776 (水上活動中心辦事處)

報名須知

網上報名辦法：**網上報名**以先到先得的方式，直至課程名額已滿。成功在網上報名者必須於指定日期內於辦公時間(星期一至五 上午 9:00-下午 5:00)親臨大學體育中心以現金繳費作實 (不設找續)。所有項目一經報名，不得要求退款、轉班或由別人代替上課。

<https://webapp.itsc.cuhk.edu.hk/ras/restricted/eventlist?id=73>

資格：**凡本校全日制學生和職員及其家屬均可報名參加。**



注意事項：

1. **參加者需懂泳術，學員或須通過水試 (於第一天穿著衣服及救生衣游畢 50 米)。**
2. **所有水上活動課程需要有一定體能要求。**
3. **教學語言，粵語輔以英語。**
4. **所有項目一經報名 (包括因病)，不得申請退款、轉班或由他人代替參加。(如天氣惡劣、人數不足及中心宣佈課程取消除外。)**

5.	如參與獨木舟二星或以上級別訓練課程，參加者必須於上課時出示有關證明文件。否則將不獲受理。
6.	參加者必須年滿 14 歲；18 歲以下人士參加者必須於得到家長/監護人/授權人簽署及同意；16 歲以下人士參加者必須由家長/監護人/授權人陪同。家長/監護人/授權人必須年滿 18 歲。
7.	所繳之費用包括教練及需用器材，完成證書課程並合格者，將獲發證書，證書費需另外繳付，獨木舟證書為\$45，滑浪風帆證書為\$30，風帆證書為\$55/\$115。
8.	課程當天直接到大學水上活動中心集合，自備泳裝、可浸水運動鞋(包趾及腳跟)、長袖衣服及午餐。
9.	報名人數未及名額之班別將會取消，各有關之參加者將獲電郵個別通知。
10.	體育部將津貼獨木舟訓練班 (\$90)、風帆入門、風帆基本技巧訓練班及滑浪風帆訓練班 (\$200) 全期出席之學生。退款將於課程後即時退回。
11.	查詢電話：水上活動中心 2603-6776 大學體育中心 3943-6097