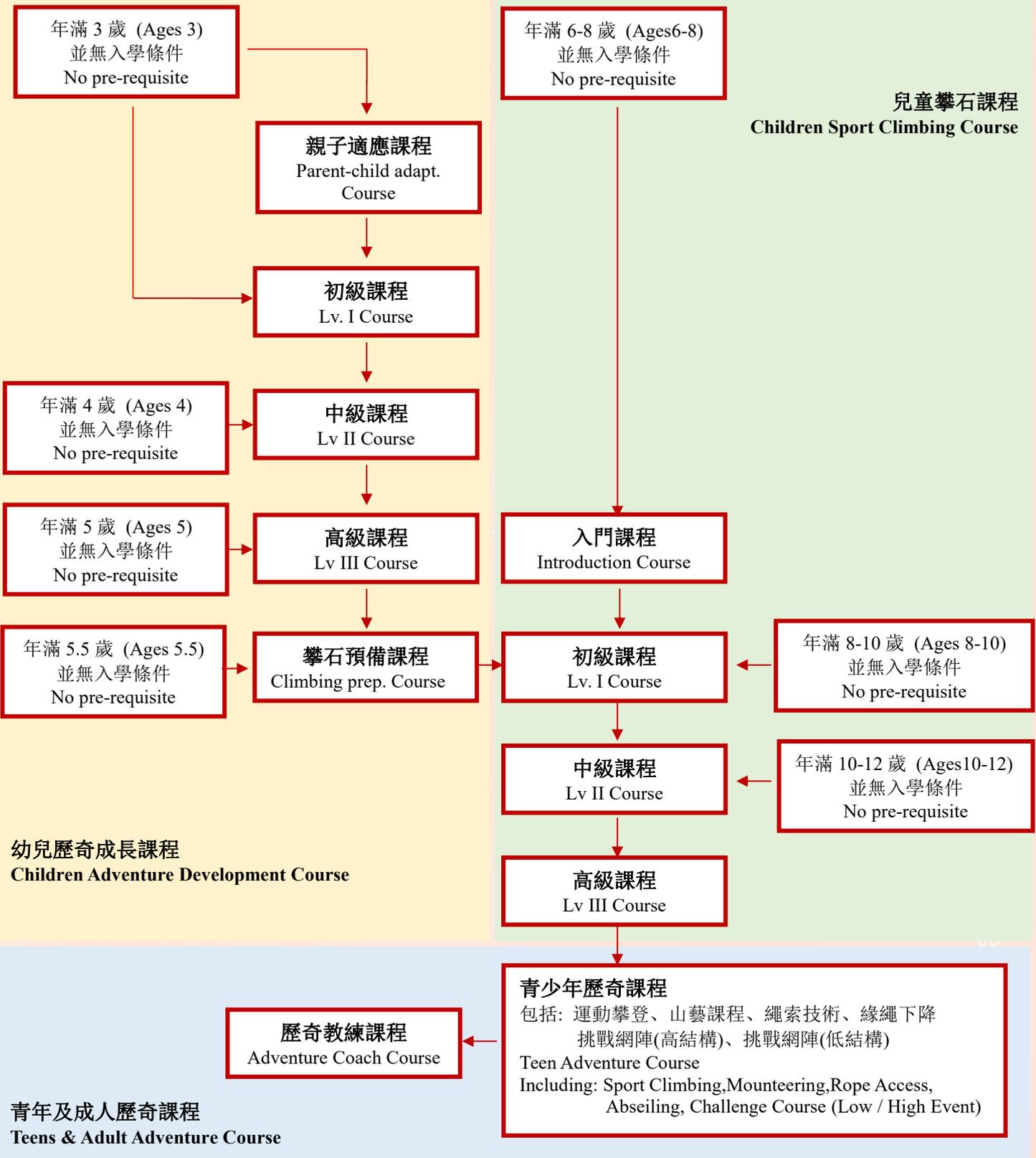


歷奇訓練課程大綱 Adventure Training Programme Scheme



兒童攀石課程

兒童攀石課程是專為6歲以上兒童而設的課程，主要訓練其四肢協調能力、忍耐力、解難能力、堅毅不屈的精神及平衡感。本會獨有的攀石課程大綱，主力針對小朋友的肌肉及肢體發展，並設有兒童攀石的等級考試，更定期舉辦攀石比賽及親子攀石活動來加強父母與子女間的溝通。

地點：5/F室外攀石場

對象：6歲以上

名額：入門班、初班及中班 - 每班6人
高班 - 每班8位



1. 公眾假期放假
2. 如天氣惡劣/下雨，會改於室內攀石牆上課(視乎情況，家長請留意有關之宣佈)
3. 導師比例：入門班、初班及中班 - 1:6，高班 - 1:8
4. 另課程更備有1:1(個人課)及1:2小班教學課程，以便為子女度身訂造重點合適的課程(一期約8堂)，有需要的家長請與車Sir聯絡。(價錢另議)
5. 學員於上課日期一星期前報名此課程，可以享有優惠價報讀

兒童攀石課程(9月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902-SC01-2409	入門	6/9-27/9	五	4:45pm-5:45pm	\$520	\$480	4	6	
4902-SC02-2409	初	6/9-27/9	五	5:45pm-6:45pm	\$520	\$480	4	6	
4902-SC03-2409	中/高	6/9-27/9	五	6:45pm-7:45pm	\$520	\$480	4	8	
4902-SC04-2409	入門	7/9-28/9	六	9:00am-10:00am	\$560	\$520	4	6	
4902-SC05-2409	入門	7/9-28/9	六	10:00am-11:00am	\$560	\$520	4	6	
4902-SC06-2409	初	7/9-28/9	六	11:00am-12:00nn	\$560	\$520	4	6	
4902-SC07-2409	初	7/9-28/9	六	12:00nn-1:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC08-2409	初	7/9-28/9	六	2:00pm-3:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC09-2409	中	7/9-28/9	六	3:00pm-4:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC10-2409	初	7/9-28/9	六	4:00pm-5:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC11-2409	高	7/9-28/9	六	5:00pm-6:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC12-2409	初	7/9-28/9	六	6:00pm-7:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC13-2409	高	1/9-29/9	日	12:30nn-1:30pm	\$700	\$650	5	8	
4902-SC14-2409	中	1/9-29/9	日	1:30pm-2:30pm	\$700	\$650	5	8	
4902-SC15-2409	初	1/9-29/9	日	2:30pm-3:30pm	\$700	\$650	5	6	
4902-SC16-2409	初	1/9-29/9	日	3:30pm-4:30pm	\$700	\$650	5	6	

兒童攀石課程(10月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902-SC01-2410	入門	4/10-25/10	五	4:45pm-5:45pm	\$520	\$480	4	6	
4902-SC02-2410	初	4/10-25/10	五	5:45pm-6:45pm	\$520	\$480	4	6	
4902-SC03-2410	中/高	4/10-25/10	五	6:45pm-7:45pm	\$520	\$480	4	8	
4902-SC04-2410	入門	5/10-26/10	六	9:00am-10:00am	\$560	\$520	4	6	
4902-SC05-2410	入門	5/10-26/10	六	10:00am-11:00am	\$560	\$520	4	6	
4902-SC06-2410	初	5/10-26/10	六	11:00am-12:00nn	\$560	\$520	4	6	
4902-SC07-2410	初	5/10-26/10	六	12:00nn-1:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC08-2410	初	5/10-26/10	六	2:00pm-3:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC09-2410	中	5/10-26/10	六	3:00pm-4:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC10-2410	初	5/10-26/10	六	4:00pm-5:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC11-2410	高	5/10-26/10	六	5:00pm-6:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC12-2410	初	5/10-26/10	六	6:00pm-7:00pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC13-2410	高	6/10-27/10	日	12:30nn-1:30pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC14-2410	中	6/10-27/10	日	1:30pm-2:30pm	\$560	\$520	4	8	
4902-SC15-2410	初	6/10-27/10	日	2:30pm-3:30pm	\$560	\$520	4	6	
4902-SC16-2410	初	6/10-27/10	日	3:30pm-4:30pm	\$560	\$520	4	6	

兒童攀石課程(11月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - SC01 - 2411	入門	1/11 - 29/11	五	4:45pm - 5:45pm	\$650	\$600	5	6	
4902 - SC02 - 2411	初	1/11 - 29/11	五	5:45pm - 6:45pm	\$650	\$600	5	6	
4902 - SC03 - 2411	中/高	1/11 - 29/11	五	6:45pm - 7:45pm	\$650	\$600	5	8	
4902 - SC04 - 2411	入門	2/11 - 30/11	六	9:00am - 10:00am	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC05 - 2411	入門	2/11 - 30/11	六	10:00am - 11:00am	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC06 - 2411	初	2/11 - 30/11	六	11:00am - 12:00nn	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC07 - 2411	初	2/11 - 30/11	六	12:00nn - 1:00pm	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC08 - 2411	初	2/11 - 30/11	六	2:00pm - 3:00pm	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC09 - 2411	中	2/11 - 30/11	六	3:00pm - 4:00pm	\$700	\$650	5	8	
4902 - SC10 - 2411	初	2/11 - 30/11	六	4:00pm - 5:00pm	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC11 - 2411	高	2/11 - 30/11	六	5:00pm - 6:00pm	\$700	\$650	5	8	
4902 - SC12 - 2411	初	2/11 - 30/11	六	6:00pm - 7:00pm	\$700	\$650	5	6	
4902 - SC13 - 2411	高	3/11 - 24/11	日	12:30nn - 1:30pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - SC14 - 2411	中	3/11 - 24/11	日	1:30pm - 2:30pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - SC15 - 2411	初	3/11 - 24/11	日	2:30pm - 3:30pm	\$560	\$520	4	6	
4902 - SC16 - 2411	初	3/11 - 24/11	日	3:30pm - 4:30pm	\$560	\$520	4	6	

兒童攀石課程(12月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - CAD01 - 2412	初級課程	7/12 - 28/12	六	9:00am - 10:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD02 - 2412	中級課程	7/12 - 28/12	六	10:00am - 11:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD03 - 2412	高級課程	7/12 - 28/12	六	11:00am - 12:00nn	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD04 - 2412	攀石預備	7/12 - 28/12	六	12:00nn - 1:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD05 - 2412	親子課程	7/12 - 28/12	六	2:00pm - 3:00pm	\$640	\$600	4	4	
4902 - CAD06 - 2412	中級課程	6/12 - 27/12	五	2:30pm - 3:30pm	\$520	\$480	4	6	
4902 - CAD07 - 2412	初級課程	6/12 - 27/12	五	3:30pm - 4:30pm	\$520	\$480	4	6	

幼兒歷奇成長課程

幼兒歷奇成長課程是一個結合運動、歷奇及智能發展的綜合發展課程，透過多元化的遊戲及活動，多方面提升孩子身、心方面的全人發展。

課程目標：

1. 提升孩子基本動作技能(Fundamental Movement Skills - FMS)。
2. 提升孩子的自我控制能力。
3. 提升孩子的社交發展。

課程特色：

1. 專業結合的課程，以兒童體適能為基礎，發展孩子移動技能(Locomotor Movement)、操控技能(Manipulative Skills)及穩定技能(Stability)，從而提升基本動作技能(FMS)。
2. 強調刻意遊戲(Deliberate play)，以多元化的活動及遊戲的安排及引導(包括但不限於繩網活動、攀石活動、小組競技遊戲、積木活動等等)，提高孩子的興趣、投入感及專注力，並在各種的活動挑戰上，讓孩子學習控制自己的肢體動作、情緒及心態，從而提升孩子的自我控制能力及自信心。
3. 強調群體合作及參與，孩子能在每一節的訓練安排中，與小組的組員共同完成由導師精心安排的挑戰，從而提升孩子的社交技巧，包括溝通技巧、協作力、解難能力、同理心等等，以達至全人發展目標。
4. 因應孩子的個人發展而作出調節，導師會按個別孩子的需要提供服務，並會為感統需要的學童提供特定的課節安排，從而提升孩子的平衡力(前庭覺)、肌肉及體能的發展(本體覺)、手眼觸覺的活動發展及身體協調能力，詳情可向職員查詢及聯絡。

課程分為五級：

親子課程 - 適合3歲初接觸的參加者，由家長陪伴參與。

初級課程 - 適合3歲半或以上

中級課程 - 適合4歲或以上

高級課程 - 適合5歲或以上

攀石預備班 - 適合5歲半或以上

地點：本會所2/F兒童歷奇樂園(CDL)

對象：3-6歲(130cm以下)

名額：每班6位(星期五個人課程)、8位(星期六個人課程)、4對(親子課程)

負責職員：陶澤權 權Sir(內線107)

註：

1. 請穿著運動服裝、包趾包踝鞋及攜帶清水上課。
 2. 公眾假期停課。
 3. 導師比例：1：6(星期五個人課程)/2：8(星期六個人課程)/1：4對(親子課程)。
 4. 收費 \$130/堂(星期五個人課程)、\$140/堂(星期六個人課程)及 \$160/堂(親子課程)。
 5. 課程另備有1對1個人課程及1對2小班教學課程，可針對學員個別需要，訂造重點合適的課程(一期約4堂)，有需要的家長請與職員聯絡。(價錢另議)
有需要的家長請與職員聯絡。(價錢另議)
- * 學員於上課日期一星期前報名此課程，可以享有優惠價報讀。

幼兒成長課程(9月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - CAD01 - 2409	初級課程	7/9 - 28/9	六	9:00am - 10:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD02 - 2409	中級課程	7/9 - 28/9	六	10:00am - 11:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD03 - 2409	高級課程	7/9 - 28/9	六	11:00am - 12:00nn	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD04 - 2409	攀石預備	7/9 - 28/9	六	12:00nn - 1:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD05 - 2409	親子課程	7/9 - 28/9	六	2:00pm - 3:00pm	\$640	\$600	4	4	
4902 - CAD06 - 2409	中級課程	6/9 - 27/9	五	2:30pm - 3:30pm	\$520	\$480	4	6	
4902 - CAD07 - 2409	初級課程	6/9 - 27/9	五	3:30pm - 4:30pm	\$520	\$480	4	6	

幼兒成長課程(10月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - CAD01 - 2410	初級課程	5/10 - 26/10	六	9:00am - 10:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD02 - 2410	中級課程	5/10 - 26/10	六	10:00am - 11:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD03 - 2410	高級課程	5/10 - 26/10	六	11:00am - 12:00nn	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD04 - 2410	攀石預備	5/10 - 26/10	六	12:00nn - 1:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD05 - 2410	親子課程	5/10 - 26/10	六	2:00pm - 3:00pm	\$640	\$600	4	4	
4902 - CAD06 - 2410	中級課程	4/10 - 25/10	五	2:30pm - 3:30pm	\$390	\$360	3	6	11/10 停課
4902 - CAD07 - 2410	初級課程	4/10 - 25/10	五	3:30pm - 4:30pm	\$390	\$360	3	6	11/10 停課

幼兒成長課程(11月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - CAD01 - 2411	初級課程	2/11 - 30/11	六	9:00am - 10:00am	\$700	\$650	5	8	
4902 - CAD02 - 2411	中級課程	2/11 - 30/11	六	10:00am - 11:00am	\$700	\$650	5	8	
4902 - CAD03 - 2411	高級課程	2/11 - 30/11	六	11:00am - 12:00nn	\$700	\$650	5	8	
4902 - CAD04 - 2411	攀石預備	2/11 - 30/11	六	12:00nn - 1:00pm	\$700	\$650	5	8	
4902 - CAD05 - 2411	親子課程	2/11 - 30/11	六	2:00pm - 3:00pm	\$800	\$750	5	4	
4902 - CAD06 - 2411	中級課程	1/11 - 29/11	五	2:30pm - 3:30pm	\$650	\$600	5	6	
4902 - CAD07 - 2411	初級課程	1/11 - 29/11	五	3:30pm - 4:30pm	\$650	\$600	5	6	

幼兒成長課程(12月)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	優惠價	堂數	名額	備註
4902 - CAD01 - 2412	初級課程	7/12 - 28/12	六	9:00am - 10:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD02 - 2412	中級課程	7/12 - 28/12	六	10:00am - 11:00am	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD03 - 2412	高級課程	7/12 - 28/12	六	11:00am - 12:00nn	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD04 - 2412	攀石預備	7/12 - 28/12	六	12:00nn - 1:00pm	\$560	\$520	4	8	
4902 - CAD05 - 2412	親子課程	7/12 - 28/12	六	2:00pm - 3:00pm	\$640	\$600	4	4	
4902 - CAD06 - 2412	中級課程	6/12 - 27/12	五	2:30pm - 3:30pm	\$520	\$480	4	6	
4902 - CAD07 - 2412	初級課程	6/12 - 27/12	五	3:30pm - 4:30pm	\$520	\$480	4	6	

