

## 兒童體操班

你的小朋友是否常常蹦蹦跳跳，翻滾來去無時停呢？不如試下俾佢接受正統體操訓練，鍛鍊小朋友的身體肌肉協調，及培養運動興趣，亦可訓練小朋友的服從性及與人相處技巧，一舉數得！

- 目的：** 透過學習體操，促進兒童身體各部位肌肉神經的平衡，並可增進兒童的運動能力，培養機智、勇敢及體態優美。
- 內容：** 體操技巧動作（包括：跳躍、平衡、翻滾、墊上技巧動作等）及部份器械訓練（包括：小型彈網、跳箱、平衡木、單槓等）。
- 評核：** 初、中階班共分6級，每2期進行一次評核，內容依據訓練班動作為準則，合格者可獲發證書。高級、進階班共分6級，每3期進行一次評核，內容配合中國香港體操總會章別動作，合格者可獲發證書並推薦參加中國香港體操總會之金、銀、銅章考試。
- 導師：** 吳艷芳教練（前中國國家體操運動員，現任中國香港體操總會教練），並入選由中國香港體操總會主辦，香港教練培訓委員會資助之『傑出地區教練』獎勵計劃。
- 名額：** 24位（分小組上課，教練學員比例：1:8）  
\*4歲以下之幼兒如有需要須由家長陪同上課（由教練建議）。  
#進階班訓練內容：全港學界體操比賽之規定動作，包括平衡木（高木 / 低木）、自由體操、單槓。  
~新增器材~「筋斗充氣墊」：適合各年齡層進行不同類別的彈跳 / 筋斗技巧 / 翻騰及空翻等練習。
- 負責同事：** 鄧濂靈 鄧Sir  
**名額：** 10位  
**負責同事：** 鄧濂靈 鄧Sir

## 7 – 8月

課程活動編號	班別	對象	日期	星期	時間	堂數	費用	備註
4902-GC-2507-6-0900	幼兒班*	3 – 4歲	5/7 – 30/8	六	9:00am – 10:00am	9	\$1,395	學員須穿著運動衣服及技巧鞋上課
4902-GC-2507-6-1000	初級班	5 – 7歲			10:00am – 11:00am		\$1,395	
4902-GC-2507-6-1100	中級班	7 – 12歲			11:00am – 12:15nn		\$1,530	
4902-GC-2507-6-1430	高級班	^7歲或以上，曾習體操訓練兩年或經教練推薦			2:30pm – 4:00pm		\$1,710	
4902-GC-2507-6-1600	進階班				4:00pm – 5:30pm		\$1,890	
4902-GC-2507-6-1730	深造班				5:30pm – 7:30pm		\$2,160	
4902-GC-2507-7-0930	初級班	5 – 7歲	6/7 – 31/8	日	9:30am – 10:30am	9	\$1,395	
4902-GC-2507-7-1030	中級班	7 – 12歲			10:30am – 11:45am		\$1,530	

二零二四至二零二五戴麟趾爵士康樂基金(主要基金)撥款資助

香港中華基督教青年會新界會所獲二零二四至二零二五戴麟趾爵士康樂基金(主要基金)撥款資助  
非建設工程計劃下購置的體育/康樂用品。  
Chinese YMCA of Hong Kong New Territories Centre has been granted funding from the Sir David Trench Fund for Recreation (Main Fund) for 2024–25 to support its purchase of sports / recreational equipment under Non-Capital Works Projects



## 兒童體操班 (7月暑期「新加開」平日班每星期2堂，逢星期二及星期四)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	堂數	對象	備註
4902-GC-2507-24-1400	幼兒班	8/7 – 31/7	二、四	2:15pm – 3:15pm	\$1,240	8	3 – 4歲	學員須穿著運動衣服及技巧鞋上課
4902-GC-2507-24-1500	初級班	8/7 – 31/7	二、四	3:15pm – 4:15pm	\$1,240	8	5 – 7歲	
4902-GC-2507-24-1600	中級班	8/7 – 31/7	二、四	4:15pm – 5:30pm	\$1,360	8	7 – 12歲	

## 兒童體操班 (8月暑期「新加開」平日班每星期2堂，逢星期二及星期四)

編號	班別	日期	星期	時間	收費	堂數	對象	備註
4902-GC-2508-24-1400	幼兒班	5/8 – 28/8	二、四	2:15pm – 3:15pm	\$1,240	8	3 – 4歲	學員須穿著運動衣服及技巧鞋上課
4902-GC-2508-24-1500	初級班	5/8 – 28/8	二、四	3:15pm – 4:15pm	\$1,240	8	5 – 7歲	
4902-GC-2508-24-1600	中級班	5/8 – 28/8	二、四	4:15pm – 5:30pm	\$1,360	8	7 – 12歲	