

香港耀能協會賽馬會田綺玲學校
2018 至 2019 年度 家長通告
有關早晨運動時段外出體能訓練事宜

敬啟者：

本校物理治療部為鍛鍊學生的體能；心肺功能、運動耐力及戶外活動時的平衡力，現安排學生於早晨運動時段在校外進行體能訓練，詳情如下：

組別	訓練時間	訓練內容	備註
特訓組	逢星期二、四 上午 9:00-9:25	按學生體能分組，在校園附近指定路線跑步，包括平路、斜坡及樓梯。	請帶備替換衣物或毛巾。
毅行組	逢星期二、四 上午 9:00-9:25	按學生體能分組，在校園附近指定路線跑步，包括平路、斜坡及樓梯。	請帶備替換衣物或毛巾。
健肢組	逢星期一 上午 9:00-9:25	在校園附近指定路線步行平路、斜坡及樓梯。	請帶備毛巾。
基動組	逢星期三 上午 9:00-9:25	在校園附近指定路線駕駛輪椅，包括平路及斜坡。	請帶備毛巾。

為保障參與戶外訓練之學生安全，如遇天雨、天氣寒冷或天氣酷熱，校方會按情況決定如常、改期或取消訓練而不作另行通知。

請家長填妥回條，於 **9月20日(星期四)或以前**交回學校。如有疑問，請致電本校與物理治療師黃希敏姑娘聯絡。

此致
學生家長

房湘雲校長

2018 年 9 月 13 日

回 條

敬覆者：

本人已知悉早晨運動時段在校外進行體能訓練之安排，並准許敝子弟於本年度參加上述活動。

此覆
香港耀能協會賽馬會田綺玲學校

學生姓名： _____

家長簽署： _____

班 別： _____

家長姓名： _____

日 期： _____