

東華三院邱子田紀念中學  
2021/22 學年 課外活動處通告  
「健身訓練課程」恢復訓練通知

為提升學生的體育運動發展及學習有效地進行健體運動。本校今學年已增設健身訓練課程供同學報名參與，屆時將會有專業健身教練在場向學生教授專業健身知識，讓同學能夠學習如何正確及安全地使用健身器材、認識體適能及運動的概念，從而令同學強健體魄。健身訓練課程將定於 5 月 16 日(星期一)恢復訓練，詳情如下：

項目	上課日期	上課時間	上課地點	負責老師	對象
健身	16/05/2022; 06, 13, 20, 27/06/2022; 04/07/2022	下午 1 時 15 分至 2 時 45 分 (半日制)	學校健身室	古德成老師 陳玉碧老師	全校學生
		下午 4 時正至 5 時 30 分 (全日制)			

如對上述活動有任何查詢，請致電 2465 2205 聯絡古德成老師。

此告

東華三院邱子田紀念中學校長  
葉偉儀 謹啟

二零二二年五月十三日

備注：

- 1) 根據現行教育局防疫政策，凡所有參加課外活動的學生都必須完成接種最少兩劑 2019 冠狀病毒疫苗並超過 14 天，及需向學校提交接種疫苗紀錄。
- 2) 參加同學必須穿著整齊本校運動服裝。
- 3) 每堂健身訓練課程名額 10 名，有興趣參加的同學，可逢星期一於學校地下 G15 室報名，名額有限，先到先得。