

香港獨木舟總會

香港龍舟(傳統艇)隊手冊



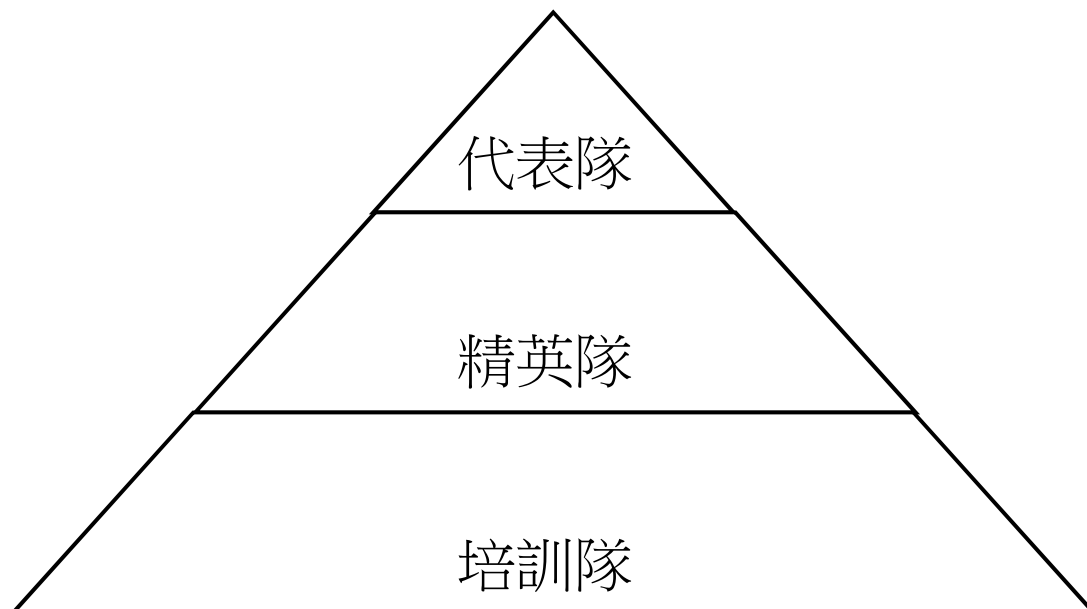
龍舟(傳統艇)委員會

1 Oct 2017

## 目錄

目錄	.....	1
香港龍舟(傳統艇)隊架構	.....	2
運動員守則	.....	3
代表隊	.....	4
精英隊	.....	5
培訓隊	.....	6

## 香港龍舟(傳統艇)隊架構



隊伍組別： 公開組(18歲或以上)： 男、女子組

U18組(18歲以下)： 男、女子組

## 運動員守則

1. 所有運動員必須為香港獨木舟總會之有效會員。
2. 所有運動員必須於每年四月份重新註冊成為隊員。
3. 所有運動員的測試評核均按既定之要求及標準，而該細則會適時更新調整。
4. 所有運動員若接受任何商業團體贊助，必須向龍舟(傳統艇)總監以書面申請。
5. 運動員必須透過測試，並符合指定要求，方可以香港代表隊或香港獨木舟總會代表之身份參與龍舟(傳統艇)比賽。
6. 若運動員欲以其他國家、地區身份參與龍舟(傳統艇)比賽，必須向龍舟(傳統艇)總監書面申請。
7. 龍舟(傳統艇)運動員必須得到教練批准方可使用相關之器材，並應小心使用及負責相關之保養。
8. 運動員必須遵從教練之指導，虛心學習及接受訓練。
9. 運動員於訓練中不得遲到早退，或無故缺席。
10. 運動員若缺席訓練必須於開課前通知教練，並提交請假申請書。緊急請假者則需於事後盡快補交申請書。
11. 違反運動員守則者，可被紀律處分。

## 代表隊

精英培訓會按每次比賽的目的，或奧委會的要求而派出最適合的運動員。

遴選提名制度，由負責的教練及總教練透過運動員隊內平時訓練及不定期測試的成績決定最佳比賽名單。比賽後，該運動員會自動返回其組隊。

## 精英隊

精英隊由總教練負責所有訓練。

每週訓練不少於四節。

隊員每三至四個月需要接受一次測試，成績未能達標  
會即時降級培訓隊。

## 培訓隊

培訓隊是精英隊的第二梯隊。

每週訓練不少於兩節。

培訓隊之運動員每三至四個月按教練之要求進行測試，  
成績達到精英隊之標準會提升到精英隊訓練。

運動員測試成績未達訂立之標準，會暫留培訓隊，如  
兩次成績未達標者，其需要離開隊伍。

培訓隊入隊資格：

經公開選拔成績達標進入培訓隊。