

大埔體育會

2026年羽毛球種籽計劃

本會開設常規羽毛球訓練班外，希望更有系統培育有潛質青少年運動員，強化地區訓練，達到長遠發展目標。教練將從計劃中挑選精英加入「大埔體育會羽毛球代表隊」，進行精英培訓。代表隊隊員將有機會代表本會參與區內或區外比賽，亦有機會推薦到青苗及青年軍集訓。

計劃內容

編號 Code	活動名稱 Course	日期 Date	星期 Day	時間 Time	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member	資格 Age	名額 Quota
BAS01A	入門訓練	1,8,15,22,29/8	六 Sat	12:00-13:00	5	\$500	\$520	5-18歲	28
BAS02A	初級訓練	1,8,15,22,29/8	六 Sat	13:00-15:00	5	\$650	\$670	9-18歲	28
BAS03A	中級訓練	1,8,15,22,29/8	六 Sat	10:00-12:00	5	\$700	\$720	12歲以上	16
BAS01B	入門訓練	2,9,16,23,30/8	日 Sun	10:00-11:00	5	\$500	\$520	5-18歲	28
BAS01C	入門訓練	2,9,16,23,30/8	日 Sun	09:00-10:00	5	\$500	\$520	5-18歲	28
BAS02B	初級訓練	2,9,16,23,30/8	日 Sun	11:00-13:00	5	\$650	\$670	9-18歲	28

訓練內容

入門訓練：無須羽毛球經驗，訓練內容包括：開球、高球、放網。

初級訓練：須具備基本羽毛球技術，訓練內容包括：前後場步法，吊球、殺球、挑球。

中級訓練：學員須具備進階羽毛球技術，訓練內容包括：對打練習，如對練高球、吊球挑戰、殺球上網。

報名方法

訓練地點：大埔體育會李福林體育館

教練：官惠慈 / 香港羽毛球總會註冊教練

優先報名：2026年7月05日 (7月份舊生優先)

公開報名：2026年7月11日會員優先報名，2026年7月12日公開報名 (先到先得，額滿即止)

報名方法：填妥報名表，連同有關收費到詢問處報名

#直接報初級、中級及高級訓練之新學員必需於第一堂進行測試，合格方可參加。

用具：學員須穿着輕便運動服及鞋底不脫色球鞋，自備羽毛球拍

服裝：每位新學員將獲得種籽計劃T恤一件，學員需自備球拍。

備註：#如有颱風或暴雨，請參考本會惡劣天氣安排，不設補課/退款。

查詢：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

