



香港教師中心活動

HK 19-011



香港教師中心 主辦

從退休到世界冠軍 – 透過劍擊迎來第二次光彩

一般人總以為運動是年輕人的專利，又以為年紀漸長就會百病叢生，而且老人就必然「孤獨」等。但事實又是否如此呢？

本工作坊旨在讓學員了解如何透過劍擊打破以上的固有印象。年長者參與劍擊運動，既可強身健體從而減少醫療開支，也可重投社交生活，更有機會從平凡庸碌的生活跳上世界舞台，甚或成為世界冠軍。

導師將分享劍擊運動及元老級劍擊運動發展方向，更會教授一些劍擊的基本動作，讓年長人士裝備自己，一同感受劍擊所帶來的樂趣及精彩人生。

- 內 容：
- | | |
|-----------------|------------------|
| 1. 介紹導師 | 2. 介紹劍擊運動 |
| 3. 介紹元老劍擊的發展 | 4. 分享參與元老劍擊運動的好處 |
| 5. 透過輕鬆遊戲教授基礎動作 | 6. 裝備介紹 |
| 7. 總結活動 | |

***學員請穿著輕便運動服裝及室內運動鞋出席**

導 師：**唐競勁先生**（前香港奧運劍擊代表隊成員，現任員老劍擊代表隊隊長，現任香港劍擊總會會員老委員會委員）

日 期：**2019 年 1 月 5 日（星期六）**

時 間：下午 2:00 至 5:00

地 點：九龍塘沙福道 19 號 教育局九龍塘教育服務中心

語 言：粵語

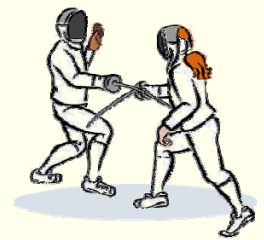
對 象：35 歲或以上或已退休的教師

名 額：**30 名**

費 用：全免

截止報名日期：**2018 年 12 月 21 日**

報名辦法：有意參加的教師，請於截止報名日期或之前登入香港教師中心網頁報名（<http://www.edb.gov.hk/hktc/activity>）。報名者亦可於 **2018 年 12 月 28 日或之後**到上述網址查詢入選名單。



- 備註：
1. 截止報名日期後，不可轉換參加活動人選。
 2. 若報名人數超過限額，將以抽籤決定取錄名單。
 3. 參加者如有需要，應自行購買個人或其他意外保險。

請在教員室內張貼，本宣傳海報已上載在香港教師中心網頁。