中 國 香 港 龍 舟 總 會
HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION
Founding Member of International Dragon Boat Federation 國際龍舟聯合會創會會員
Founding Member of Asian Dragon Boat Federation 亞洲龍舟聯合會創會會員
Associate Member of Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China 中國香港體育協會暨奧林匹克委員會屬會會員
Founding Member of Hong Kong Water Sports Council 香港水上運動議會創會會員

香港龍舟代表隊先進隊入隊選拔

測試日期及時間 ： 2022 年 11 月 05 日（星期六）1400-1700 時
2022 年 11 月 06 日（星期日）0900-1200 時
1400-1700 時
2022 年 11 月 13 日（星期日）1300-1700 時
2022 年 11 月 19 及 20 日（後備日）

測試地點 ： 中國香港龍舟總會石門訓練中心

參加資格 ： 1. 持有有效的香港身份證
2. 年齡 40 歲及以上（2022 年 12 月 31 日滿 40 歲）

截止報名 ： 2022 年 11 月 1 日（星期二）上午 10 時

入隊測試標準

測試項目 / 組別	龍舟機	掌上壓	仰臥起坐
男子隊	3 分 30 秒內完成 500 米	30 次 / 1 分鐘內完成	30 次 / 1 分鐘內完成
女子隊	4 分 30 秒內完成 500 米	15 次 / 1 分鐘內完成 (雙手置於長橈上)	15 次 / 1 分鐘內完成

備註：

1. 掌上壓及仰卧起坐需按照指示完成，如動作過分偏離或許不會計算。
2. 有意參加者，請進入以下連結完成報名手續。(連結：https://forms.gle/maFTHfc7YNrinhCw5)
3. 進入石門訓練中心時，必須遵守工作人員指示及遵從防疫指引(利用手機掃描「安心出行」二維碼及遵從「疫苗通行證」指示)。
4. 完成測試後，招募結果經香港代表隊總監及教練確認後，2022 年 11 月 28 日 (星期一) 或之前以電郵形式通知。通過選拔之參加者才會接獲電郵通知。

2022 年 10 月 3 日

Unit 21, 28/F New Tech Plaza, 34 Tai Yau Street, San Po Kong, Kowloon, Hong Kong 香港九龍新蒲崗大有街 34 號新科技廣場 28 樓 21 室
Tel 電話: (852) 3618 7510 Fax 傳真: (852) 2577 1873 E-mail 電郵: hkdba@hkolympic.org Website 網址: http://www.hkcdba.org