



# 中國香港龍舟總會

## HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

更新日期:2025 年 1 月 1 日

### 龍舟運動訓練計劃

### 屬會申辦認可課程 2025

擬開辦認可課程之屬會或註冊教練為該等課程之主辦單位，負責下列各項：

1. 向總會提出通知或申請 (視乎課程)，並跟進往後之行政程序，包括成績或證書發放予學員；
2. 確保招收之學員合乎總會相關認可課程之報名資格；
3. 在課程期間確保下列情況：
  - I. 課程是依據獲批申請之內容來運作；
  - II. 任教之教練依據總會認可課程之內容來施教或評核；
  - III. 課程之學員、舵手及教練之安全得以保障；
  - IV. 遇有任何嚴重事故，即時通知總會；
4. 對課程內容、運作等有任何意見向總會反映。

總會在屬會或註冊教練申辦認可課程事宜上負責下列各項：

1. 接受屬會或註冊教練之通知或申請 (視乎課程)，並跟進往後之行政程序，包括成績或證書發放予屬會或註冊教練；
2. 審批擬開辦認可課程之申請；
3. 在課程教材上給予支援；
4. 在課程期間可派員視察課程運作情況以確保課程質素；
5. 委派評核員為「一級龍舟舵手證書」考試及「游泳測試」評核。

### 訓練及評核安排

證書種類	訓練		評核
	開辦單位	負責教練	
親子龍舟訓練證書	總會／屬會／ 註冊教練	一級註冊教練或以上資歷	一級註冊教練 或以上資歷
室內龍舟證書			
初級龍舟訓練證書			
中級龍舟訓練證書			
一級龍舟舵手證書	總會／屬會／ 註冊教練	二級註冊教練或以上資歷	總會委派二級註冊教練 或以上資歷
游泳測試	總會／屬會／ 註冊教練	---	

### 課程時數

- |          |   |                          |
|----------|---|--------------------------|
| 親子龍舟訓練證書 | — | 3 小時                     |
| 室內龍舟證書   | — | 2 小時                     |
| 初級龍舟訓練證書 | — | 1 天 (7 小時) 或累積不少於 8 小時   |
| 中級龍舟訓練證書 | — | 2 天 (14 小時) 或累積不少於 16 小時 |



# 中國香港龍舟總會

## HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

- 一級龍舟舵手證書 — 2天(14小時)或累積不少於16小時，另加考試3小時  
游泳測試 — 考試1小時

### 學員人數限制

1. 「親子龍舟訓練證書」：每班人數上限十二人；
2. 「室內龍舟證書」：每班人數上限十人；
3. 「初級龍舟訓練證書」及「中級龍舟訓練證書」課程：每班人數上限二十人；
4. 「一級龍舟舵手證書」課程：每班人數上限十一人。
5. 「游泳測試」：每班人數上限十一人。

### 申辦課程須注意之事項：

主辦單位(即屬會或註冊教練)必須確保場地及器材的安全性及適合作訓練之用，及須為訓練課程的學員及導師購買保險以保障其安全及所有風險。

### 所需費用

證書及布章費用	親子龍舟訓練證書、室內龍舟證書、初/中級龍舟訓練證書		每份 \$50
考試費用	一級龍舟舵手證書考試及證書費用	包括評核員監考及合格考生證書費用	每節 \$5,050
	游泳測試	包括評核員監考，但不包括泳池入場費用	每節 \$1,320
租用場地費用	租用總會場地考試(筆試及實習試)	包括租用課室、1艘小龍及設置航道費用	每節 \$4,500
	另加租用1艘小龍作考試用途(實習試)		每節 \$600
其他	龍舟運動訓練計劃 — 個人訓練紀錄冊		每本 \$50
	行政費：「一級龍舟舵手證書」或「游泳測試」考試逾期繳交文件/費用	與考試日少於一個月前提出申請	每項 \$1,200

### 行政程序

親子龍舟訓練證書 / 室內龍舟證書 / 初或中級龍舟訓練證書	
開辦課程前	主辦單位自行安排日期，課程完畢後再向總會申請證書
課程當天	教練於課程完結時在個人訓練紀錄冊簽名(初或中級龍舟訓練證書必須)
課程完成 兩個月內	主辦單位於課程完成後兩個月內提交 1. 於專用試算表(EXCEL)檔案內填寫考試評核表格； 2. 向總會繳交所需費用(只限銀行轉帳)； 3. 掃描學員初級龍舟訓練證書副本(中級龍舟訓練證書課程適用)； 4. 列印已填寫之專用試算表(EXCEL)檔案，屬會負責人/註冊教練在表格上簽署，並蓋上屬會印章/註冊教練印章； 5. 掃描所有有關文件，網上提交已填寫之專用試算表(EXCEL)檔案表格及上載相關檔案副本。
交齊文件 一個月內	總會於接獲申請後1個月內發出證書。 可選擇：



# 中國香港龍舟總會

## HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 電郵通知主辦單位到秘書處親自領取。接獲電郵通知後兩個月內帶同通知信於辦公時間內到秘書處領取證書，限期過後總會將不會保存證書；或</li><li>2. 郵寄到指定地址 (只限順豐速運郵寄，相關郵費由主辦單位領件時支付)。</li></ol>
--	--

### 「一級龍舟舵手證書」考試

舵手技能測試 一個月前	屬會 (如有) / 註冊 <b>二或三級</b> 教練於擬定「一級龍舟舵手證書」技能考試前一個月，電郵提交「一級龍舟舵手證書 — 考試申請表格 (一)」及所需費用 (只限銀行轉帳)； <b>未能在一個月前交齊相關文件及費用，則須要支付行政費。</b>
舵手技能測試 三星期前	總會通知屬會 (如有) / 註冊教練申請結果。如不獲批准，屬會/註冊 <b>二或三級</b> 教練提交之文件及已繳交之費用將被退還； 如獲批准，屬會負責人/註冊 <b>二或三級</b> 教練按其申請內容委派教練及安排課程及考試所需器材、場地 (包括筆試及技術試) 及有關航道設置。
舵手技能測試 兩星期前	電郵提交「一級龍舟舵手證書 — 考試申請表格 (二)」及相關證書副本
考試當日	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>課程主教練 (註冊二或三級教練) 須於考試當日出席；</b></li><li>2. 舵手技術考試當日請自行安排 10 位划手協助測試； <b>如舵手技術試時龍舟上划手不足 10 人，考官有權即時終止測試，已繳交之費用將不會發還。</b></li><li>3. 筆試及考核舵手技術的考試成績，會即時公布；</li><li>4. 合格者即日獲發證書及布章；</li><li>5. 考官即時在個人訓練紀錄冊上簽署 (每名考生必須準備個人訓練紀錄冊)。</li></ol>

### 游泳測試

游泳測試 一個月前	屬會/註冊教練於擬定「游泳測試」前一個月，電郵提交「游泳測試—考試申請表格 (一)」及所需費用 (只限銀行轉帳)。 <b>未能在一個月前交齊相關文件及費用，則須要支付行政費。</b>
游泳測試 三星期前	總會通知屬會/註冊教練申請結果。如不獲批准，屬會/註冊教練提交之文件及已繳交之費用將被退還。
游泳測試 兩星期前	提交「游泳測試 — 考試申請表格 (二)」
考試當日	<ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>申請開辦之屬會負責人/註冊教練需於考試當日出席考試；</b></li><li>2. 游泳測試的成績，會即時公布；</li><li>3. 合格者即日獲發證明書；</li><li>4. 考官即時在個人訓練紀錄冊上簽署 (每名考生必須準備個人訓練紀錄冊)。</li></ol>



# 中國香港龍舟總會

## HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

### 備註

1. 主辦單位 (即屬會/註冊教練) 應為訓練課程的學員及導師購買保險以保障其安全及所有風險。
2. 申請屬會/註冊教練請小心核對學員或考生資料，證書發出後如因資料錯漏需要更改，須繳付有關證書費用 (每張) 及行政費用\$100 (每次)。
3. 所有課程/考試申請一經總會確認後，申請屬會/註冊教練所繳費用，概不發還。
4. 表格如不敷應用，可自行影印。
5. 每份申請表格只適用於申請一個課程。另一課程須另表填寫。
6. 由 2021年4月1日起，持有中國香港拯溺總會發出之拯溺銅章證書或以上級別證書；中國香港游泳總會、香港游泳教練會或香港游泳教師會發出之游泳教練或教師證書者，可獲豁免參加總會游泳測試。
7. 一級龍舟舵手證書考試，可以在同一時段內申請最多兩組小龍同時考試，但須要繳交 2 節考試費用。
8. 屬會/註冊教練只可電郵 ([info@hkcdba.org](mailto:info@hkcdba.org)) 申請屬會龍舟訓練計劃相關課程。
9. 付款方法：  
銀行轉帳：滙豐銀行-戶口號碼 600-650-568-002，轉帳記錄請填上「屬會申辦認可課程」、屬會名稱/註冊教練姓名，並註明課程名稱。
10. 總會保留更改以上內容之權利。如欲取得最新之資料，請與總會職員聯絡。  
電話：3618 7510  
傳真：2577 1873  
電郵：[info@hkcdba.org](mailto:info@hkcdba.org)  
網址：<http://www.hkcdba.org>  
地址：九龍新蒲崗大有街 32 號泰力工業中心 15 樓 9 室