



中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

敬啟者：

本會是第三屆亞洲盃閃避球錦標賽的主辦機構，精英委員會將於培訓隊中挑選合適的球員，成為代表，如閣下年滿 15 歲而有興趣參與培訓隊選拔的本會註冊會員，可在 2016 年 1 月 22 日或之前登入 <http://goo.gl/forms/nc5HM9pL67>

1. 本會培訓隊選拔考慮一系列因素，其中包括態度、體能、過往經驗、實戰評核；
2. 體能考核或包括但不限於體脂百分比 (BIA，電阻法，<20%)、核心肌肉群 (如：平板支撐，時間 3 至 6 分鐘)、下肢肌耐力 (如：靠牆無影凳 Wall-sit，時間 5 至 20 分鐘)、防守技能 (限時，前後移動 3 至 4 米距離作半蹲防守狀)、敏捷度 (限時，迅速左右移動 3 至 4 米距離)；
3. 如未能一次過通過體能考核者，或不能進入次階段實戰評核；
4. 選拔和習訓地點或會在戶外進行；
5. 如發現申請者資格不符合要求或資料不全，本會有權取消該份申請；
6. 本會有權要求參加者出示有關證明文件之正本或其他相關資料，以作核實；
7. 由於培訓隊和代表隊為中國香港閃避球總會轄下隊伍，本會保留入選名單的最後決定權；
8. 所有參加者必須遵守本會所制定的各項規則及編排。如有未盡善之處，本會保留修改章程的權利，參加者不得異議；
9. 各運動員可按個人需要而購買保險。

精英委員會啟

Affiliated to:



World Dodgeball Association



Asian Dodgeball Federation



Asian Dodgeball Confederation

地 址：香港新界元朗水邊村 114 號地下

Address：G/F, 114 Shui Pin Tsuen, Yuen Long, N.T., Hong Kong

電話 Tel：2470 8381 傳真 Fax：3486 2485 電郵 e-mail：info@dodgeball.org.hk