



香港滾軸運動總會主辦



康樂及文化事務署資助

## 自由式(初級)滾軸溜冰訓練班 2019/2020

自由式(初級)滾軸溜冰訓練班提供訓練予有興趣參加自由式滾軸溜冰運動之人仕參加。每班人數為15人，先到先得。報名費為每課程\$140正 (共8課，每課2小時)。

參加資格：年齡為六歲或以上的男女及中級程度/曾獲本會發給布章三證書或同等程度人士，均可報名。

場地	課程編號	日期	上課時間	備註
沙田車公廟路遊樂場 滾軸溜冰場	ST-F1-1936	2020年1月4, 11日 2月1, 8, 15, 22, 29日 3月7日	星期六 下午5時-7時	每堂2小時 共8堂
觀塘月華街遊樂場 滾軸溜冰場	KT-F1-1937	2020年1月5, 12日 2月2, 9, 16, 23日 3月1, 8日	星期日 下午5時-7時	每堂2小時 共8堂

查詢：

電話：2504 8204

傳真：2577 5671

電郵：hkfrs@hkolympic.org

網頁：www.rollersports.org.hk

### 課程內容

課程內容	基礎花式繞樁動作 速度繞樁介述 基礎花式剎停
基礎花式繞樁動作	One Foot Back Snake & Snake Nelson & Back Nelson Cross & Back Cross Fish Crazy Chap Chap Heel-Toe Snake
基礎花式剎停動作	Power Slide

寄：香港滾軸運動總會有限公司  
香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號  
奧運大樓1016室  
『自由式(初級)滾軸溜冰訓練班2019/2020』