



# Sports Coach Programme Design HK 2019

## 2019全港運動教練 課程編寫比賽

WORLD SPORTS UNION

**2019 主題** “長跑體能、目標 10 公里”  
**2019 Topic** “Strength & Conditioning of Distance Running for 10K”

**主辦機構** 世界運動聯盟(香港)  
**Organizer** World Sports Union (Hong Kong)

**評選準則** 編寫的課程內容須包括一系列的運動訓練、健康為本的考慮元素，以及營養的配合。  
**Criteria** Programme should include a series of exercise, basic health and nutrition concern.  
編寫的課程內容須有合適的運動原則及理論支持。  
Programme should be supported by exercise principles and programming theories.  
編寫的課程內容必須附合安全標準及列明管理及執行的細節。  
Programme should meet the safety standard and include management and operation detail.  
編寫的課程可以用 Microsoft Word, Excel 或 Powerpoint 檔案提交。  
Programme should be submitted by the format of Microsoft Word, Excel or Powerpoint.

**目的** 透過運動課程的編寫、設計及創作，讓公眾更了解及認識運動課程編寫的重要性，亦可讓一眾運動教練及準教練可以發揮其運動課程編寫的心思和潛能。  
**Objective** To enhance the public concern about the importance of exercise programming and to encourage sports coaches and pre-coaches to exert their potential and thoughtful exercise programmes.

**組別** 公開組 及 學生組  
**Group** Open Group and Student Group

**參賽資格** 參賽者可以以個人或組合形式參賽，但所有參加者必須附合以下要求：  
**Requirement** Participants could join by individual or group, and they must meet the following conditions:  
公開組 – 必須為全職或兼職的運動教練，須提交相關工作證明。  
Open Group – Full / Part-time sports coaches with working evidence.  
學生組 – 必須為正修讀運動相關學科的大專/大學生，須提交在學證明。  
Student Group – Post-secondary / university students with studying evidence.

**獎項** 每組均設 冠、亞、季及優異獎乙名  
**Prize** Prizes for 1<sup>st</sup>, 2<sup>nd</sup>, 3<sup>rd</sup> and Merit per Group

**參加辦法** 填妥參賽表格，連同證明文件及參賽檔案，於 **2019 年 6 月 30 日**前電郵至本會。  
**Join it** Send the application form, evidence and programming file to email: [www.wsuhk@yahoo.com](mailto:www.wsuhk@yahoo.com)  
**before 30 June 2019.**



# Sports Coach Programme Design HK 2019

## 2019全港運動教練 課程編寫比賽

WORLD SPORTS UNION

### 參賽表格 Application Form

組別 Group	<input type="checkbox"/> 公開組 Open <input type="checkbox"/> 學生組 Student		
組名 (如有) Team Title (If yes)			
參加者	中文姓名	English Name	HKID no.
1 (聯絡人 Leader)			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

聯絡人資料 leader Information	
電話號碼 Tel no.	
電郵地址 Email	

請填妥參賽表格，連同所有參加者的證明文件及參賽檔案，於 2019 年 6 月 30 日前電郵至本會。

Please send the application form, evidence of all participants and programming file to email:

[www.wsuhk@yahoo.com](mailto:www.wsuhk@yahoo.com) before 30 June 2019.