

救恩書院(60c-2022/2023-e)

中三級

敬啟者：為協助學生掌握游泳的技巧，加強同學在體育科的學習，本校於2023年4至5月份期間，安排中三級同學到大埔泳池或大埔東昌街泳池訓練池上游泳課。各同學需準時到達集合地點，並需帶備游泳用品：泳衣、泳鏡、毛巾及一枚五元硬幣（更衣室儲物箱用畢，可退回五元硬幣）。有關游泳課的詳情如下：

日期	星期	班別	上課日	性別	集合時間	集合地點	上課時間
21/4/2023	星期五	3AD	6	男生	11:05am	救恩書院門口	11am – 12nn
2/5/2023	星期二		6	女生			
10/5/2023	星期三		6	女生			
18/5/2023	星期四		6	男生			
18/4/2023	星期二	3BC	3	男生	2:30pm	救恩書院門口	3pm – 4pm
26/4/2023	星期三		3	女生			
5/5/2023	星期五		3	女生			
23/5/2023	星期二		3	男生			

- 學習重點：
1. 學習游泳熱身動作。
 2. 掌握游泳安全意識。
 3. 掌握：自由泳(爬泳)及胸泳(蛙泳)的技巧。

交通安排：全程由旅遊巴士接送往返，課堂完結後，同學需回校繼續其他課堂或聯課活動。

費用：租用訓練池費用、教練費及交通費，由學校提供。

- 備註：
1. 若天文台於上課日期任何時間懸掛八號或以上颱風訊號，或紅、黑色暴雨訊號，當天課程將盡量安排補課，日期則另行通知。
 2. 學生未獲批准，不得擅自下水。習泳完畢，必須往更衣室更衣，依指示離開，不得逗留在泳池範圍。
 3. 如因病不適宜上游泳課，請具醫生證明書。
 4. 30/3/2023（星期四）早上班主任時間於禮堂安排了中一至中三游泳課簡介會，讓同學了解游泳課事宜。

此致
各位家長

校長
周家駒

謹啟

二零二三年三月二十日