



主辦

資助

2 月 2 日早上 9 時 30 分，開始接受親身報名。  
郵寄之報名表按郵戳日期 2 月 2 日開始為準。  
(提前報名，恕不辦理。)

## 2026-2027 草地滾球訓練計劃 (第七十九期)

- 一、 宗旨：透過有系統的訓練，令學員能正確地掌握草地滾球的基本技術。教練與學員的比例不超過 1：8，使教練能兼顧個別學員的需要，從而提升個人技術。
- 二、 班別：設有初級、初級改良、中級及高級班。  
另設自組初班：任何人士必須集合 8 位參加者，並於上課前最少 5 個月前親身遞交或郵寄報名表格到本會申請。  
每個課程 8 堂，每堂 2 小時。  
自組班報名表，請自行在網頁下載。
- 三、 參加資格：8 至 17 歲（青少年班）  
18 歲或以上（成人班）  
8 歲或以上（親子班）

初級班：任何有興趣的人士均可報名參加

初級改良：曾參加本會或其他機構舉辦的草地滾球訓練初班

中級班：曾參加本會或其他機構舉辦的草地滾球訓練班

高級班：曾參加本會舉辦的中級訓練班或草地滾球會會員

（註：18 歲或以上參加者可重覆參與同一級別的訓練班一次，超過兩次者，如該班於截止報名後仍有餘額，其申請亦會被接納。）

四、 名 額： 每班不超過 8 人

五、 報 名 費： 每位港幣 100 元（青少年初級班 / 青少年中級班）  
每位港幣 150 元（成人初級班/成人初級改良班/親子初級班）  
每位港幣 200 元（成人中級班 / 親子中級班 / 成人高級班）

六、 報 名 方 法： 填妥報名表格後，連同報名費支票（收款人：「中國香港草地滾球總會」或「Lawn Bowls Association of Hong Kong, China」）親身或郵寄至本會辦事處，詳情如下：

香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓 2010 室  
中國香港草地滾球總會

親身遞交時間如下：星期一至五(假期除外)  
早上9時30分至下午12時30分；  
下午2時30分至5時30分

不接受郵寄現金。資料不全者，報名恕不受理

2026 年 2 月 2 日上午 9 時 30 分可親臨本總會報名。  
每名申請人每次只能遞交最多三張報名表。

或郵寄至本會辦事處，報名表按郵戳日期 2 月 2 日開始為準。(提前報名，恕不辦理。) 先到先得，額滿即止。

請注意，以郵寄方式收到之報名表將會於 2 月 2 日起每天下午三時後才開始進行處理。收到的報名表格是混合且隨機排序處理。報名先到先得。

七、 付款方式 : 如未能提交支票者，可選擇於收到取錄通知後以轉數快形式繳交報名費。(詳情請參閱八、取錄通知)

八、 取 錄 通 知 : 獲取錄者：

參加者將於開課前兩星期接獲總會以電郵方式通知。獲取錄者須於總會發出取錄通知後3 日內以轉數快方式繳交學費。

轉帳時必須清晰備註姓名及訓練班編號，並記錄已付款的截圖。將截圖回傳至總會的 WhatsApp。如轉帳款項未有清楚註明姓名及訓練班編號則不作處理。

(如報名時已繳交支票者則不用理會。)

所有報名一經接納，參加者不得轉讓名額，而退出人士所繳交之費用概不退還。

未被取錄之參加者：

總會張會以 WhatsApp 形式通知參加者未被取錄。其支票亦將直接銷毀而不作另行通知，敬請留意。

若開班前一星期未有收到任何通知，可致電本會查詢。

九、 上課通知書 已依時繳交報名費的獲取錄者將會於上課前收到總會以電郵方式發出的上課通知書。一切報名以收到上課通知書作實。

十、 截 止 日 期 : 開課前 5 個星期，先到先得，額滿即止。(請參閱上課時間表之截止日期)

十一、 查 詢 : 2504 8251 網頁：<https://www.bowls.org.hk>

訓練計劃預告 : 第 80 期---上課日期:2026 年 10 月至 2027 年 3 月  
報名日期:2026 年 8 月 7 日早上 9 時 30 分開始接受報名。

# 上課時間表（請保留此頁作參考）

備註:停課日期：2026 年 4 月 3,4,6,7 日,5 月 1,25 日,6 月 19 日及 7 月 1 日

班號	級別	地點	上課日期	星期	時間	截止日期
BY-4	青少年初班	IE	11/4/2026-30/5/2026	六	8am-10am	7/3/2026
BY-5	青少年初班	IE	12/4/2026-31/5/2026	日	8am-10am	8/3/2026
BY-7	青少年初班	KT	25/4/2026-13/6/2026	六	8am-10am	21/3/2026
BY-8	青少年初班	WS	25/4/2026-13/6/2026	六	10am-12nn	21/3/2026
BY-9	青少年初班	ALC	4/6/2026-23/7/2026	四	6pm-8pm	30/4/2026
BY-12	青少年初班	TCS	4/7/2026-22/8/2026	六	11am-1pm	30/5/2026
BY-15	青少年初班	TCS	13/7/2026-5/8/2026	一、三	10am-12nn	8/6/2026
BY-14	青少年初班	KT	13/7/2026-5/8/2026	一、三	9am-11am	8/6/2026
BY-13	青少年初班	VP	13/7/2026-5/8/2026	一、三	9am-11am	8/6/2026
BY-17	青少年初班	TCS	14/7/2026-6/8/2026	二、四	2pm-4pm	9/6/2026
BY-2	青少年初班	YCK	14/7/2026-6/8/2026	二、四	2pm-4pm	9/6/2026
BY-16	青少年初班	VP	14/7/2026-6/8/2026	二、四	5pm-7pm	9/6/2026
BY-10	青少年初班	IE	21/7/2026-13/8/2026	二、四	11am-1pm	16/6/2026
BA-35	成人初班	TCS	9/4/2026-9/7/2026	四	10am-12nn	5/3/2026
BA-36	成人初班	YCK	9/4/2026-28/5/2026	四	7pm-9pm	5/3/2026
BA-37	成人初班	SLY	9/4/2026-28/5/2026	四	9am-11am	5/3/2026
BA-39	成人初班	YCK	10/4/2026-5/6/2026	五	2pm-4pm	6/3/2026
BA-42	成人初班	IE	10/4/2026-5/6/2026	五	4pm-6pm	6/3/2026
BA-40	成人初班	VP	10/4/2026-5/6/2026	五	9am-11am	6/3/2026
BA-24	成人初班	TCS	13/4/2026-8/6/2026	一	8pm-10pm	9/3/2026
BA-26	成人初班	KT	13/4/2026-8/6/2026	一	9am-11am	9/3/2026
BA-47	成人初班	KT	13/4/2026-8/6/2026	一	5pm-7pm	9/3/2026
BA-44	成人初班	IE	13/4/2026-8/6/2026	一	10am-12nn	9/3/2026
BA-46	成人初班	IE	13/4/2026-8/6/2026	一	4pm-6pm	9/3/2026
BA-29	成人初班	VP	13/4/2026-8/6/2026	一	9am-11am	9/3/2026
BA-27	成人初班	SLY	13/4/2026-8/6/2026	一	9am-11am	9/3/2026
BA-22	成人初班	TCS	14/4/2026-2/6/2026	二	4pm-6pm	10/3/2026
BA-48	成人初班	TP	14/4/2026-2/6/2026	二	10am-12nn	10/3/2026
BA-18	成人初班	IE	14/4/2026-2/6/2026	二	11am-1pm	10/3/2026
BA-20	成人初班	IE	14/4/2026-2/6/2026	二	4pm-6pm	10/3/2026
BA-31	成人初班	VP	14/4/2026-2/6/2026	二	9am-11am	10/3/2026

班號	級別	地點	上課日期	星期	時間	截止日期
BA-50	成人初班	KT	24/4/2026-3/7/2026	五	7pm-9pm	20/3/2026
BA-51	成人初班	SLY	25/4/2026-13/6/2026	六	9am-11am	21/3/2026
BA-54	成人初班	VP	20/5/2026-15/7/2026	三	9am- 11am	15/4/2026
BA-53	成人初班	SLY	20/5/2026-15/7/2026	三	9am-11am	15/4/2026
BA-58	成人初班	SLY	2/6/2026-21/7/2026	二	9am-11am	28/4/2026
BA-59	成人初班	ALC	3/6/2026-29/7/2026	三	9am-11am	29/4/2026
BA-61	成人初班	TCS	5/6/2026-31/7/2026	五	10am-12nn	1/5/2026
BA-64	成人初班	YCK	5/6/2026-31/7/2026	五	10am-12nn	1/5/2026
BA-62	成人初班	SLY	5/6/2026-31/7/2026	五	7pm-9pm	1/5/2026
BA-63	成人初班	SLY	5/6/2026-31/7/2026	五	9am-11am	1/5/2026
BA-57	成人初班	TCS	9/6/2026-28/7/2026	二	10am-12nn	5/5/2026
BA-55	成人初班	IE	9/6/2026-28/7/2026	二	4pm-6pm	5/5/2026
BA-67	成人初班	VP	12/6/2026-7/8/2026	五	7pm-9pm	8/5/2026
BA-69	成人初班	VP	23/6/2026-11/8/2026	二	8pm-10pm	19/5/2026
BA-68	成人初班	IE	26/6/2026-14/8/2026	五	11am-1pm	22/5/2026
BA-70	成人初班	ALC	4/7/2026-22/8/2026	六	8am-10am	30/5/2026
BA-72	成人初班	ALC	5/8/2026-23/9/2026	三	9am-11am	1/7/2026
BA-73	成人初班	VP	7/8/2026-25/9/2026	五	9am-11am	3/7/2026
BA-74	成人初班	VP	14/8/2026-2/10/2026	五	5pm-7pm	10/7/2026
BA-75	成人初班	VP	15/8/2026-10/10/2026	六	8am-10am	11/7/2026
BA-77	成人初班	VP	3/9/2026-29/10/2026	四	10am-12nn	30/7/2026
BP-80	親子初班	IE	11/4/2026-30/5/2026	六	1pm-3pm	7/3/2026
BP-81	親子初班	ALC	2/5/2026-20/6/2026	六	8am-10am	28/3/2026
BP-82	親子初班	KT	10/5/2026-28/6/2026	日	9am-11am	5/4/2026
BP-84	親子初班	IE	1/8/2026-19/9/2026	六	8am-10am	27/6/2026
BP-85	親子初班	IE	9/8/2026-27/9/2026	日	8am-10am	5/7/2026
BI-34	成人初班改良班	VP	9/4/2026-28/5/2026	四	9am-11am	5/3/2026
BI-38	成人初班改良班	KT	10/4/2026-5/6/2026	五	9am-11am	6/3/2026
BI-41	成人初班改良班	IE	10/4/2026-5/6/2026	五	11am-1pm	6/3/2026
BI-25	成人初班改良班	YCK	13/4/2026-8/6/2026	一	2pm-4pm	9/3/2026
BI-45	成人初班改良班	IE	13/4/2026-8/6/2026	一	2pm-4pm	9/3/2026
BI-30	成人初班改良班	KT	14/4/2026-2/6/2026	二	9am-11am	10/3/2026
BI-23	成人初班改良班	YCK	14/4/2026-2/6/2026	二	2pm-4pm	10/3/2026

班號	級別	地點	上課日期	星期	時間	截止日期
BI-32	成人初班改良班	YCK	14/4/2026-2/6/2026	二	10am-12nn	10/3/2026
BI-19	成人初班改良班	IE	14/4/2026-2/6/2026	二	2pm-4pm	10/3/2026
BI-21	成人初班改良班	IE	14/4/2026-2/6/2026	二	7m-9pm	10/3/2026
BI-52	成人初班改良班	YCK	20/5/2026-15/7/2026	三	10am-12nn	15/4/2026
BI-65	成人初班改良班	WS	5/6/2026-31/7/2026	五	5pm-7pm	1/5/2026
BI-56	成人初班改良班	IE	9/6/2026-28/7/2026	二	7pm-9pm	5/5/2026
BI-60	成人初班改良班	IE	11/6/2026-6/8/2026	四	8am-10am	7/5/2026
BI-28	成人初班改良班	KT	22/6/2026-17/8/2026	一	5pm-7pm	18/5/2026
BI-71	成人初班改良班	ALC	6/7/2026-24/8/2026	一	8pm-10pm	1/6/2026
BI-76	成人初班改良班	VP	31/8/2026-26/10/2026	一	5pm-7pm	27/7/2026
BI-79	成人初班改良班	IE	27/9/2026-15/11/2026	日	8am-10am	23/8/2026
IA-92	成人中班	TCS	9/4/2026-28/5/2026	四	7pm-9pm	5/3/2026
IA-91	成人中班	IE	9/4/2026-28/5/2026	四	2pm-4pm	5/3/2026
IA-93	成人中班	SLY	11/5/2026-6/7/2026	一	7pm-9pm	6/4/2026
IA-95	成人中班	TCS	20/5/2026-15/7/2026	三	10am-12nn	15/4/2026
IA-98	成人中班	YCK	26/5/2026-14/7/2026	二	8pm-10pm	21/4/2026
IA-96	成人中班	TKO	1/6/2026-20/7/2026	一	4pm-6pm	27/4/2026
IA-97	成人中班	IE	9/6/2026-28/7/2026	二	11am-1pm	5/5/2026
IA-99	成人中班	IE	9/6/2026-28/7/2026	二	2pm-4pm	5/5/2026
IA-101	成人中班	ALC	9/6/2026-28/7/2026	二	11am-1pm	5/5/2026
IA-89	成人中班	KT	25/6/2026-13/8/2026	四	9am-11am	21/5/2026
IA-102	成人中班	ALC	3/7/2026-21/8/2026	五	4pm-6pm	29/5/2026
IA-104	成人中班	YCK	6/7/2026-24/8/2026	一	10am-12nn	1/6/2026
IA-106	成人中班	YCK	3/8/2026-21/9/2026	一	7pm-9pm	29/6/2026
IA-107	成人中班	VP	4/8/2026-22/9/2026	二	10am-12nn	30/6/2026
IA-109	成人中班	ALC	1/9/2026-20/10/2026	二	11am-1pm	28/7/2026
IA-110	成人中班	VP	3/9/2026-29/10/2026	四	7pm-9pm	30/7/2026
IA-111	成人中班	SLY	3/9/2026-29/10/2026	四	8pm-10pm	30/7/2026
AA-112	成人高班	TCS	14/4/2026-2/6/2026	二	7pm-9pm	10/3/2026
AA-113	成人高班	SLY	14/4/2026-2/6/2026	二	9am-11am	10/3/2026
AA-116	成人高班	IE	20/5/2026-15/7/2026	三	2pm-4pm	15/4/2026
AA-179	成人高班	ALC	4/7/2026-22/8/2026	六	10am-12nn	30/5/2026
AA-117	成人高班	VP	7/8/2026-25/9/2026	五	8pm-10pm	3/7/2026

草地滾球場		場地地址及電話
KT	啟德車站廣場草地滾球場	九龍九龍城沐安街 20 號 (啟德港鐵站 D 出口) 電話：2709 6322
ALC	鴨脷洲體育館室內草地滾球場	香港鴨脷洲洪聖街 8 號 (利東港鐵站 A1 出口) (近鴨脷洲大街) 電話：2554 0832
IE	港島東體育館室內草地滾球場	香港西灣河鯉景道 52 號 (西灣河港鐵站 A 出口) (近鯉景灣) 電話：2151 4070
YCK	圓洲角體育館室內草地滾球場	新界沙田銀城街 35 號 (第一城港鐵站 B 出口) 電話：2509 9108
SLY	沙田小瀝源路遊樂場草地滾球場	新界沙田小瀝源路 1 號 (近沙田第一城) 電話：2637 2743
TKO	坑口文曲里公園草地滾球場	新界將軍澳坑口文曲里 6 號 (坑口港鐵站 B2 出口) (近新寶城) 電話：3403 9367
VP	維多利亞公園草地滾球場	香港銅鑼灣高士威道 維多利亞公園 (天后港鐵站 A2 出口) 電話：2570 6186
TCS	東昌街體育館室內草地滾球場	新界大埔寶湖道 25 號 (大埔墟港鐵站 A2 或 B 出口，步行約 15 分鐘) 電話：2691 2055
TP	大埔海濱公園草地滾球場	新界大埔大發街(富善邨對面) 電話：2667 5489
WS	屯門湖山草地滾球場	新界屯門湖山路湖山公園 (近輕鐵兆禧站，悅湖山莊) 電話：2459 1062

注意：參加者上課時請穿著合適的運動服裝及必須穿著平底無蹣的運動鞋。





主辦

資助

## 2026-2027 草地滾球訓練計劃 (第七十九期)

### 報名表

每張報名表只能報一班，如有需要，請自行複印。

請用正楷填寫此表格 (如不敷應用，請自行影印。)

姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

性別：\_\_\_\_\_ 出生日期：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 年齡：\_\_\_\_\_

香港身份證號碼： 

--	--	--	--	--

 (只須填上字母及首四個數字)

聯絡電話(WhatsApp)：\_\_\_\_\_ (請儘量提供有 WhatsApp 功能之電話或親友的 WhatsApp 功能之電話，以方便聯繫。)

電郵地址：\_\_\_\_\_ (請儘量提供電郵地址或親友的電郵地址，以方便聯繫。)

如本人於活動期間遇上緊急事故，請致電\_\_\_\_\_ (電話號碼)  
與\_\_\_\_\_ (緊急聯絡人姓名) 聯絡。

\*本人擬參加之班別

--

(未滿 18 歲的申請人必須由家長或監護人填寫此同意書)

### 家長同意書

本人同意敝子弟\_\_\_\_\_參加上述活動，並聲明他/她的健康及體能良好，適宜參加上述活動。如果敝子弟因疏忽、健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，中國香港草地滾球總會及康樂及文化事務署則無須負責。

家長/監護人姓名：\_\_\_\_\_ 家長/監護人簽署：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

(18 歲或以上申請人須填寫此聲明)

### 健康聲明書

本人謹此聲明健康及體能良好，適宜參加上述活動。如果本人因疏忽、健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，中國香港草地滾球總會及康樂及文化事務署則無須負責。

參加者簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_