

香港航空青年團
HONG KONG AIR CADET CORPS
Sung Wong Toi Road, Kowloon, Hong Kong
Tel 852 2712 8900 Fax 852 2715 6944

From: Phy Asmt Flt, SD Wg, SD&S Gp	To: All OC Major Units
Ref: PT_Memo2223_ACCTOW_1	cc: DCO SD&S, OC SD&S Gp, OC SD Wg
Email: phyasmt@gmail.com	Date: 7 July 2022

拔河運動體驗日

拔河運動講求堅毅和合作，符合本團的訓練宗旨。本組舉辦是次活動旨在透過參與拔河運動增強團員的凝聚力，並促進彼此的團隊精神和歸屬感。活動詳情如下：

拔河運動體驗日	
日期：	2022年8月7日（星期日）
時間：	上午9時30分至下午1時30分
地點：	九龍新蒲崗景福街96號（前九龍文理書院）
費用：	全免
對象：	學員及成年團員
名額：	30人（先到先得，額滿即止）
活動內容：	<ul style="list-style-type: none">➤ 拔河運動歷史及裝備介紹➤ 基本拔河運動競賽規則➤ 認織裁判命令及訊號➤ 拔河運動互動體驗
教練資歷：	香港拔河運動總會教練
截止日期：	2022年7月28日 23:59時前
備註：	服飾：長袖運動衫、短運動褲、生膠底鞋（俗稱「白飯魚」）

有興趣團員請填妥報名表（附件）電郵至 phyasmt@gmail.com，（電郵主題如下：[ACCTOW] Tug-of-war Experience Day Application_XXXUnit），並於活動當日交回已填妥的體能活動適應能力問卷與你（附件二）。如有任何查詢，可致電 9408 4284 與本組聯絡。

附件：

1. 報名表（附件一）
2. 體能活動適應能力問卷與你（附件二）

黃冠立 專業中尉
體能評核組主管
技能發展及支援部