

提倡新體育和健康運動

運動伙伴

1. 背景

- 鼓勵學生定期運動;
- 鼓勵學生與同伴建立運動組合。

2. 參加資格

- 所有香港中文大學全日制本科學生(對象非大學校隊成員)

3. 申請和內容

- 申請者應填妥並遞交申請表至大學體育中心櫃台;
- 申請者應參加運動伙伴開幕禮，並於 2021 年 9 月 24 日(星期五)下午 2:30 參加於大學體育中心楊明標室內體育館舉辦;
- 申請者必須每週進行兩次訓練，每次訓練至少長達一小時;
- 申請者必須組建自己的小組(2-4 人/小組)，並自行填寫日誌;
- 每學期結束時，累計運動超過 24 小時的學生將獲得紀念品/禮品;
- 一個學期最多 50 名參與者。

4. 申請截止日期

- 2021 年 9 月 23 日

5. 全年計劃

	時間	項目	備註
第 1 節	9 月	招聘	申請表和問卷
2021 年	10 月初	開幕禮和分組	開幕禮結束後將進行分組活動
(9 月-12 月)	10 月至 12 月初	執行	5 小組，老師作為顧問
	12 月 4 日	第 1 階段結束	參與者須將日誌傳送給老師以作紀錄
	2022 年 1 月中旬	頒獎	
第 2 節	1 月初	招聘	申請表和問卷
2022 年	1 月下旬	座談會和分組	座談會結束後將進行分組活動
(1 月-4 月)	2 月至 4 月	執行	5 小組，老師作為顧問
	4 月 23 日	第 2 階段完成	參與者須將日誌傳送給老師以作紀錄
	2022 年 4 月下旬	頒獎	

6. 電腦技術支援

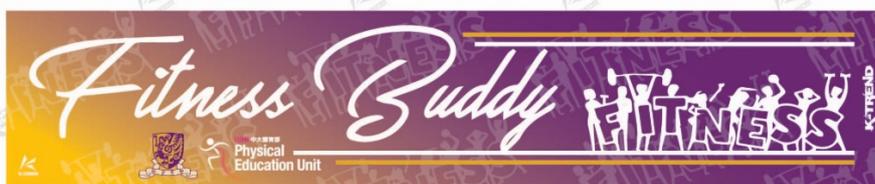
- 體育部網站上的信息平台，例如培訓場地，應用程式

- 鍛煉連結(電子學習)
- 日誌樣本

7. 顧問名單

- 黃安東先生 (聯絡人) (ontung@cuhk.edu.hk; 3943 9247)
- 阮伯仁先生 (pakyanyuen@cuhk.edu.hk; 3943 6986)
- 吳兆權博士 (robertng@cuhk.edu.hk; 3943 9856)
- 吳峻鴻先生 (happyng@cuhk.edu.hk; 3943 3782)
- 李秀瑩女士 (wendyli@cuhk.edu.hk; 3943 5179)

8. 運動伙伴毛巾



網上報名：<https://cloud.itsc.cuhk.edu.hk/webform/view.php?id=13638739>

(截止：2021年9月23日中午12時正)



詳情可瀏覽 <http://www.peu.cuhk.edu.hk> 或致電體育部 3943 6097.