

查詢電話：6125-4255 (毅騰會) / 3583-0130 (熊貓城堡)

電 郵：enquiry@pandacastle.com

個人報名

家長姓名：_____	小孩姓名：_____
小孩年齡：_____ 性別：_____	聯絡電話：_____
電 郵：_____	
住 址：_____	
緊急聯絡人：_____	緊急聯絡電話：_____
選擇一：(E) / (D)	選擇二：(E) / (D)

本人現聲明本人/本人子女的身體健康及體能良好並適宜參與游泳班。

如本人/本人子女不注意安全或不遵守教練的指導，在泳池範圍內遇到任何意外而引致傷亡或財物損失，主辦機構、協辦機構及個別負責教練均無需負上任何責任。

家長簽署：_____ 日期：_____

查詢電話：61254255 (毅騰會) / 3583-0130 (熊貓城堡)

傳真號碼：3583-2130

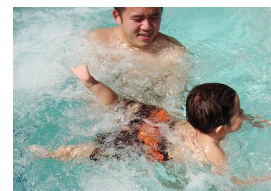
電 郵：enquiry@pandacastle.com

主辦機構簡介 -

毅騰會成立於2000年，由香港隊精英運動員、家長及熱心人士所組成，於社團註冊署登記成為合法團體，現為香港三項鐵人總會註冊屬會及康樂文化事務署社區體育會計劃成員。本會致力推廣本地運動發展，教練層由各種運動之資深教練及前/現役運動員組成，致力培訓未來的體育精英，為港爭取輝煌成績。

教練資歷

- 前香港三項鐵人代表
- 毅騰會總教練
- 超過四年親子游泳教學經驗
- 超過五年幼兒游泳教學經驗
- 超過十二年教授初學者習泳經驗
- 超過十年泳術改良教學經驗



為什麼要習泳？

政府已將「游泳」納入正式課程，認為解決溺水問題的根本之道，應是鼓勵下一代熟悉水性。學習游泳，除可鍛鍊強健體魄、學得求生技能外；每次游泳後，全身血脈得以暢通、筋骨舒弛、肌肉放鬆，感覺非常舒服，怡然自得。

為什麼小孩要自小習泳？

- 游泳可改變體質，過敏性鼻炎及支氣管性氣喘，均可藉長期習泳而減輕症狀及治愈。
- 游泳能增強自信心、意志力，培養耐性、解難能力等；有助小孩心智上的發展。
- 游泳能促進身體機能均衡發展，無論是心肺功能、禦寒能力、平衡力、對疾病的抵抗及免疫力、加強肌肉及關節的柔韌度等。

為什麼父母應與小孩一同習泳？

- 游泳有物理治療及紓解壓力的效果，最適合生活於節奏急速、生活緊張的都市人作減壓鬆弛之運動。
- 家長與子女一同習泳既可享受天倫之樂，又可鬆弛肌肉筋骨，一舉兩得！
- 父母又可藉著這另類的相處環境，於過程中透過觀察、溝通、聆聽這些方面認識孩子。
- 建立父母子女間的信任、增強溝通、摸索最合適的相處模式；
- 讓關係更加密切，加深對子女成長中的轉變的了解。

