



滙豐銀行慈善基金教練延續培訓計劃

「運動員膝關節及足踝受傷後的訓練要點」講座

我們時常看見運動員受不同程度的膝關節及足踝傷患困擾，因而影響他們在運動場上的表現。一個完善的康復訓練計劃，除了可令他們盡快重返運動場之餘，亦能確保傷患完全康復，減少觸傷舊患的機會。講者會透過處理精英運動員的經驗，向教練們講解為膝關節及足踝受傷的運動員編排訓練時需注意的地方。

講者

卓蕙玲小姐

香港體育學院運動物理治療師

內容

日期	2009年1月9日（星期五）
講授時間	6:45 p.m. – 7:00 p.m. 登記 7:00 p.m. – 8:00 p.m. 第一節 8:00 p.m. – 8:15 p.m. 休息 8:15 p.m. – 9:15 p.m. 第二節
地點	香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號 奧運大樓 演講廳
人數	100位（先到先得）
費用	港幣一百元正（費用包括講義及茶點。報名一經接納，恕不退款。）
證書	參加者將獲頒香港教練培訓委員會之出席證書
講授語言	廣東話

報名辦法

參加者請填妥報名表格，並附上：

- 1) 港幣一百元正之報名費（以劃線支票繳交，抬頭請寫：香港體育學院有限公司）；及
- 2) 貼上足夠郵資之回郵信封

地址

新界沙田馬鞍山鞍駿街2號 香港體育學院 教練培訓部 收

查詢電話：2681 6129 (黃小姐)

截止報名日期	2008年12月24日
--------	-------------