



2025年4月-2025年6月 兒童及青少年 三項鐵人班

活動名稱 / 課程編號	年齡	日期及星期	時間	費用
4114-TRI25-04A	7 - 15	4月: 5, 12, 26 5月: 3, 10, 17, 24 (評核) 6月: 7 補課 (如需): 6月: 14	1330-1515	[8堂] \$1040 不設早鳥優惠
		課程訓練內容		
		5/4, 26/4, 10/4, 7/6		
		12/4, 3/5, 17/5,		
		24/5		

地點: 烏溪沙青年新村 (草地足球場及有蓋恆溫游泳池)
 堂數: 全期8課
 名額: 每班14位, 先到先得, 額滿即止(最少4人開班)。
 報名: 填妥報名表格, 連同費用於辦公時間交回本中心辦事處。
 亦可於本會網站報名
 備註: 設考核, 證書及補課
 游泳訓練有機會因應泳池開放的安排而有所變動

請確保學員有基本的游泳和單車技能。

能力要求如下:

- ◆ 游泳 : 徒手游泳最少50m (不用持浮板)
- ◆ 單車 : 持續踏兩輪單車, 做到基本走直線和轉彎