**香港定向總會**

**Orienteering Association of Hong Kong**

**(2020 年度)**

**精英發展集訓隊**

**訓練及比賽計劃**

1. **個人資料**

英文姓名 : (姓氏) (名字)

中文姓名 : 性別 : \* 男 / 女 出生日期 :

 \* 將不適用的刪去

1. **2020年度訓練計劃**
* 請說明地點、訓練總月數、每周次數、每次訓練時間等。

1. **2020年度的比賽計劃**
* 請說明比賽名稱、項目、日期、地點、目標等。
1. **未來四年準備參加之大賽項目及預期成績**
2. **集訓隊教練推薦**

教練姓名：

職位：

|  |  |
| --- | --- |
| 對申請人的意見: |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

簽署　：　 　　日期　：