



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人： 施德論先生 楊孝華先生 義務法律顧問： 車偉恒律師
Joint Honorary Patron: Mr. John E. Strickland Mr. Howard Young Honorary Legal Advisor: Mr. Allen W.H. Che

日期：2020年9月28日

通告

集訓隊訓練特別安排

因應 2019 冠狀病毒病的最新情況，總會將於十月份起開始恢復集訓隊訓練，詳情如下：

1. 總會將根據《預防及控制疾病（禁止羣組聚集）規例》（第 599G 章）規定，安排分組分段訓練。
2. 如有任何身體不適，請勿前往訓練，留在家中休息。
3. 18 歲以下的隊員必須交回家長同意書方可進行訓練。（請參閱附件一）
4. 防疫措施詳情請參閱附件二《定向集訓隊預防 2019 冠狀病毒病措施》

訓練詳情:

請參閱所屬集訓隊教練發放的訓練計劃。

恢復訓練後實際訓練內容及模式仍由集訓隊教練負責。

特此通知。

香港定向總會

2020.09.28



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：
Joint Honorary Patron:

施德論先生
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生
Mr. Howard Young

義務法律顧問：
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師
Mr. Allen W.H. Che

附件一

日期：2020年9月28日

2020 集訓隊訓練計劃

家長同意書 (18歲以下之家長聲明)

本人已知悉上述集訓隊訓練安排，並且同意敝子弟參與有關訓練。

隊員姓名：_____

家長或監護人簽署：_____

家長或監護人姓名（正楷）：_____

日期：_____



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：
Joint Honorary Patron:

施德論先生
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生
Mr. Howard Young

義務法律顧問：
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師
Mr. Allen W.H. Che

附件二

日期：2020年9月28日

定向集訓隊

預防 2019 冠狀病毒病措施

- 1) 若出現身體不適，請留在家中。
- 2) **18歲以下集訓隊隊員**參與訓練前需獲得家長同意。
- 3) 如出現疑似 2019 冠狀病毒病的症狀或曾與確診個案者有密切接觸或正等候檢測結果，切勿參與訓練。
- 4) 請於**每次**參與訓練前簽署健康申報表。
- 5) 請經常徹底清潔雙手，建議參與定向活動時攜帶酒精搓手液，以便觸摸公共物品後可立即消毒雙手。
- 6) 經常注意個人衛生及切勿吐痰。
- 7) 避免觸摸眼睛、口和鼻。
- 8) 避免觸摸任何不潔淨的物件。
- 9) 避免與其他人有身體接觸。
- 10) 在進行團體訓練時，請與隊友保持不少於 **1.5 米**的社交距離。
- 11) 請參閱《預防及控制疾病（禁止羣組聚集）規例》（第 599G 章）規定。
- 12) 請勿共用飲食器皿。
- 13) 應避免於訓練前後有羣組聚集：
到達訓練場地 → 訓練 → 離開訓練場地
- 14) 在自行進行熱身及伸展活動期間，請與人群保持適當的距離。
- 15) 切勿用手觸摸控制點。
- 16) 訓練前後須佩戴口罩。
- 17) 建議參與定向活動時攜帶口罩，隊員可將口罩放在口罩套內並將其置於地圖膠袋內。