



敬啟者：

有關推薦學生參加車隊測試通告

為增加有運動潛質學生的學習機會，遂提名 貴子弟參加對外車隊訓練。車隊為新地單車學院的 Supernova Cycling Team。以下為測試日資料：

測試日期及時間：	1/10/2022 (星期六) / 2:00-4:30PM
測試地點：	火炭華樂工業中心 D 座 9 樓
測試內容：	20 分鐘 FTP、15 秒速度踩踏、單車滾筒技術
集合時間/地點：	1:30PM / 火炭港鐵站
解散時間/地點：	5:00PM / 火炭港鐵站 (學生在火炭港鐵站自行解散)
領隊及負責老師：	魏語然老師
攜帶物品：	攜帶公路單車、單車鞋、毛巾、心跳錶及心跳帶

疫情下活動須知：

1. 參加學生需要已完成接種兩劑疫苗並超過十四天，以及符合教育局指引下的相關要求。
2. 學生應穿著大會指定之服裝出席活動，並帶備多一件學校體育服作替換。
3. 基於衛生原因，學生應避免在更衣室內聚集。
4. 學生必須自備酒精搓手液，時刻注意個人衛生。
5. 由於室內活動有較高的疾病傳播風險，特別是高強度訓練，因此鼓勵進行室外活動。與不能戴口罩的活動相比，學生佩戴口罩進行活動的風險會較低。
6. 如活動在室內進行時，學生應在可行情況下佩戴口罩，進行低強度的體能活動，並保持最少 1 米社交距離。如學生在室外場地進行中等或劇烈強度運動或游泳活動時不能佩戴口罩，應保持社交距離至少 1.5 米。
7. 學生在運動時應避免觸摸眼睛、鼻和口。如有需要，應先清潔雙手。
8. 在活動前後須以正確的方法洗手，更不可共用個人物品，例如毛巾和水樽。
9. 學生在訓練期間(無論在校內校外)必須考慮他人防疫的需要，例如：保持社交隔離、不要高聲談話，以免口沫橫飛等，注意切勿做出有損公眾衛生的行為。
10. 如活動日子為學生的面授上課日之下午，學生自行午膳後，前往集合場地，向負責老師報到，並自備交通費(如需要)。
11. 請學生避免於活動前後群集。
12. 各項活動或會因應疫情及政府政策而變動、更改以至取消，如有任何改動，校方將盡快通知家長，不便之處，敬請原諒。

請 貴家長填妥回條。如有任何查詢，可以致電 2329-5137 與魏老師聯絡。

此致



救世軍卜維廉中學校長 洪楚英 謹啟

2022 年 9 月 19 日

【回條】

敬覆者：本人為_____班_____（_____）家長。已詳閱有關「推薦學生參加車隊測試」通告。

本人同意敝子女參加測試，並證明身體狀況能應付測試項目。

本人不同意敝子女參加測試。

如遇緊急情況需與本人聯絡，請致電：_____（家）_____（手提）、
_____（學生電話）。

只供網上參閱

For Online Viewing Only

家長簽名

家長姓名：_____

日期：_____