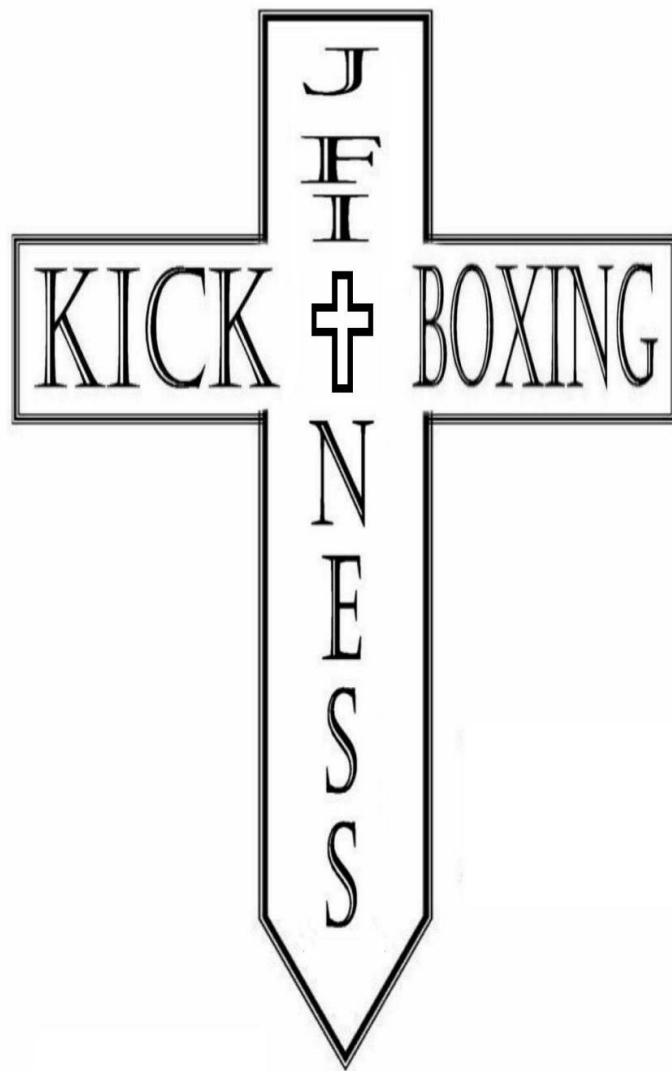




以馬內利體適能協會  
J Fitness Association

- 👍 香港踢拳總會會員
- 👍 政府社團註冊團體
- 👍 社區體育會
- 👍 香港拳擊總會會員
- 👍 香港武術聯會會員
- 👍 功能組別團體
- 👍 可代報考試及比賽

# 學校及社區體適能運動計劃



01.2019





# 以馬內利體適能協會

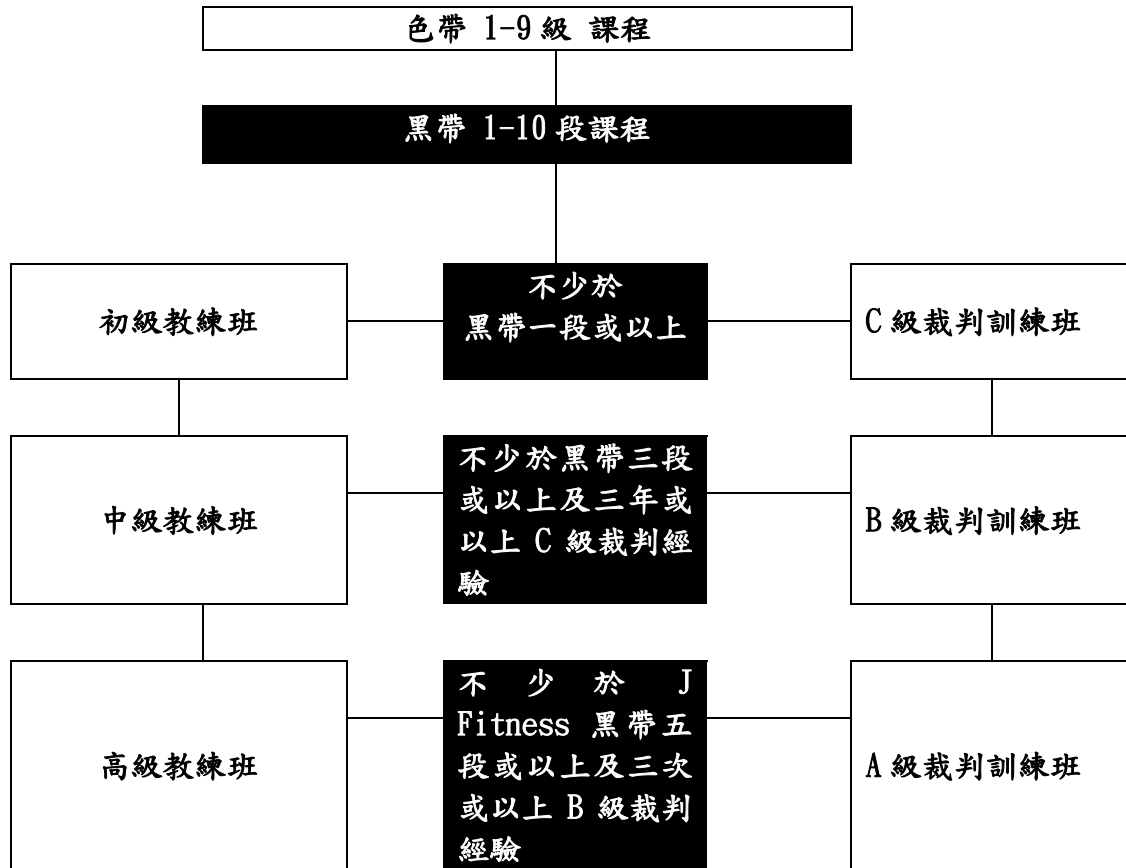
## J Fitness Association

### 學校及社區體適能運動計劃：

1. 參加者需填寫本會的健康申報表，如有資料不全或錯誤，恕不受理及負責。
2. 本會會因應場地設施而提供音響設備予參加者練習。
3. 參加者須穿著運動服及長褲上課。如有需要，參加者可向教練訂購本會制服/所需物資。
4. 參加者請注意自己的身體狀況，並考慮是否適宜參加是項活動。如有疑問請先徵詢醫生的意見。
5. 參加者明白及自願參加訓練班，並願意承擔財物損失和傷亡之責任，有關舉辦機構及人士均無需負上任何責任。
6. 教練可因學員不守紀律或其他之原因拒絕學員繼續參與活動，費用恕不退還。
7. 本章程如有未盡善之處，本會有權按情況作出修改。
8. 參加者需於每月第一個上課天繳交學費。每一個月的學費基本上包括四堂的練習時間，如該月未能提供四堂，則以多於四課的月份作補課。
9. 為保障參加者安全，如天文台於上課前二小時，發出黑色暴雨警告訊號、八號或以上颱風訊號，該課堂將會取消。
10. 參加者所有缺席/遲到課堂將不獲補課。
11. 參加者須接受紀訓練並遵守以下規條：
  - I. 學員必須服從導師訓練。
  - II. 初級學員必須服從上級學員合理及正確的指導。
  - III. 學員必須互相尊重及愛護。
  - IV. 學員進入或離開要向場地時要向會旗及教練致禮。
  - V. 練習時需穿著本會構認可之整齊制服。
  - VI. 學員不得無故缺席、遲到或早退。
  - VII. 禁止在練習時蓄意傷害同學。
  - VIII. 學員要有整齊儀容及謹守其崇高品德。
  - IX. 嚴禁私鬥，違者開除學籍，重者交警處理。
  - X. 除本會委員外，學員無權過問本會行政。

學員必須謹記會會規、尊師重道、互助互勵，發揚本會精神。

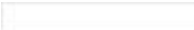









## J FITNESS 資歷概覽：



備註：

所有教練班需練年滿 16 歲或以上才能報名

### 級數及意義介紹

級數	級數	意義	色級
九級	白帶	仁愛	
八級	黃帶	喜樂	
七級	黃綠帶	和平	
六級	綠帶	忍耐	
五級	綠藍帶	恩慈	
四級	藍帶	良善	
三級	藍啡帶	信實	
二級	啡帶	溫柔	
一級	啡黑帶	節制	
一段	黑帶	以馬內利	

計劃對象：

幼兒組： 3 歲至 5 歲人士

兒童組： 6 歲至 12 歲人士

青少年及成人組： 13 歲或以上人士



# 以馬內利體適能協會

## J Fitness Association

本會非常樂意為各大機構提供更詳盡的體適能運動計劃：

計劃查詢：請致電 3613 5303 與 J Fitness 職員聯絡。

報名方式：請填妥以下確認書，傳真至 8147 1491

學校及社區體適能運動計劃：

### 確認書

協會專用 OFFICE USE ONLY 請在適當的方格內加上剔號 ( Please tick where appropriate )	
不接納的原因 Non-admission cause:	<input type="checkbox"/> 已滿額 Full <input type="checkbox"/> 資料不全 Defective of Information
經手人 Approved by:	

機構名稱	
機構地址	
參加項目	
活動負責人	聯絡電話 傳真號碼
活動日期(年/月/日)	活動時間
活動地址	
參加人數	參加者年齡
計劃費用	計劃堂數
機構網址	
電郵地址(必須填寫)	

1. 本機構 / 團體現確認參加由以馬內利體適能協會主辦之計劃。上述資料均正確無訛，且無遺漏(申請須由機構負責人簽署)。
2. 本機構 / 團體明白及自願參加訓練班，並願意承擔財物損失和傷亡之責任，有關合辦機構及人士均無需負上任何責任
3. 申請機構 / 團體所提供的資料只用於康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交申請表後，如欲更改或查詢所申請的個人資料，可與 J Fitness 職員聯絡。

簽署		團體印鑑
機構負責人姓名及職位	日期	

