



滙豐銀行慈善基金教練延續培訓計劃

「如何透過營養策劃提升運動員耐力」講座

適當的營養攝取有助提升運動表現。講者會向教練們提供一些於比賽和訓練時的營養策劃建議，以配合運動員的生理需要，提升他們的持久力及加快復原。

講者

王香生教授

香港中文大學體育運動科學系教授

中國香港體適能總會主席

內容

日期	2009 年 3 月 25 日 (星期三)
講授時間	6:45 p.m. – 7:00 p.m. 登記 7:00 p.m. – 8:00 p.m. 第一節 8:00 p.m. – 8:15 p.m. 休息 8:15 p.m. – 9:15 p.m. 第二節
地點	新界沙田馬鞍山鞍駿街 2 號 香港體育學院 視聽室
人數	100 位 (先到先得)
費用	港幣一百元正 (費用包括講義及茶點。報名一經接納，恕不退款。)
證書	參加者將獲頒香港教練培訓委員會之出席證書
講授語言	廣東話

報名辦法

參加者請填妥報名表格，並附上：

- 1) 港幣一百元正之報名費 (以劃線支票繳交，抬頭請寫：香港體育學院有限公司)；及
- 2) 貼上足夠郵資之回郵信封

地址

新界沙田馬鞍山鞍駿街 2 號 香港體育學院 教練培訓部 收

查詢電話：2681 6129 (黃小姐)

截止報名日期	2009 年 3 月 4 日
--------	----------------