



滙豐銀行慈善基金教練延續培訓計劃

「運動員腰背創傷成因及預防」講座

腰部創傷是運動員常遇到的問題，除了會為身體帶來痛楚外，更會影響正常活動能力。有多年國際運動醫學與復康研究和醫療經驗的李志端博士，將會與大家分享腰部創傷的成因及預防方法，以及如何在日常訓練中有效地訓練腰部肌肉的心得。

講者

李志端博士

備戰 2008 北京奧運會中國國家隊 40 位醫療專家之一
 香港體育學院運動物理治療統籌主任

內容

日期	2009 年 2 月 5 日（星期五）
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	香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號 奧運大樓 演講廳
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	凡出席整個講座的參加者將獲發香港教練培訓委員會之出席證書
講授語言	廣東話
備註	此講座為香港教練培訓委員會認可的教練續領計劃活動，獲認可的時數為 2 小時； 報名一經接納，不得更改或轉讓名額

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 6516 (梁小姐)

截止報名日期	2010 年 1 月 18 日
--------	-----------------