



中國香港龍舟總會

HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

2020 年擬定課程/活動

Activity Plan 2020

更新日期:2020 年 5 月 15 日

Updated on May 15, 2020

學校體育推廣計劃：運動領袖計劃（龍舟運動授教技巧基礎課程）

School Sports Programme : Sport Captain Programme

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
SSP-SCP	5/8/2020	三 Wed	0900 - 1700	康文署資助 只限中學生、家長、老師 LCSD Subvention Only for Secondary Schools' students, parents and teachers

賽馬會青少年龍舟訓練計劃（暑期興趣班）

Jockey Club Youth Dragon Boat Development Programme (Summer Interest Class)

課程編號 Course Code	課程日期 Date	星期 Day	時間 Time	比賽日期/星期/時間 Date/ Day/ Time	備註 Remark
2020JCDB-01	10/8/2020	一 Mon	1300 - 1700	16/8/2020 日 Sun 0900 - 1700	只限 18 歲以下人士參加，費用全免 Only for under 18 Free of charge
2020JCDB-02	11/8/2020	二 Tue	1300 - 1700		
2020JCDB-03	12/8/2020	三 Wed	1300 - 1700		
2020JCDB-04	13/8/2020	四 Thu	1300 - 1700		
2020JCDB-05	14/8/2020	五 Fri	1300 - 1700		

游泳測試 Swimming Test

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
SWIM-2020-01	18/6/2020	四 Thu	2000 - 2100	
SWIM-2020-02	9/7/2020	四 Thu	2000 - 2100	
SWIM-2020-03	13/8/2020	四 Thu	2000 - 2100	
SWIM-2020-04	10/9/2020	四 Thu	2000 - 2100	
SWIM-2020-05	8/10/2020	四 Thu	2000 - 2100	



中國香港龍舟總會

HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

室內龍舟證書課程 Indoor Dragon Boat Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
INDBC-2020-01	27/6/2020	六 Sat	1400 - 1600	
INDBC-2020-02	18/7/2020	六 Sat	1400 - 1600	
INDBC-2020-03	8/8/2020	六 Sat	1400 - 1600	
LCSD-2020-In1	8/8/2020	六 Sat	1400 - 1600	康文署資助 LCSD funding
INDBC-2020-04	12/9/2020	六 Sat	1400 - 1600	
LCSD-2020-In2	12/9/2020	六 Sat	1400 - 1600	康文署資助 LCSD funding
INDBC-2020-05	11/10/2020	日 Sun	1400 - 1600	
INDBC-2020-06	15/11/2020	日 Sun	1400 - 1600	
INDBC-2020-07	12/12/2020	六 Sat	1400 - 1600	

初級龍舟訓練證書課程 Elementary Dragon Boat Training Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
EDBTC-2020-01	14/6/2020	日 Sun	0900 - 1700	
EDBTC-2020-02	4/7/2020	六 Sat	0900 - 1700	
EDBTC-2020-03	12/7/2020	日 Sun	0900 - 1700	
EDBTC-2020-04	1/8/2020	六 Sat	0900 - 1700	
LCSD-2020-E1	1/8/2020	六 Sat	0900 - 1700	康文署資助 LCSD Subvention
EDBTC-2020-05	15/8/2020	六 Sat	0900 - 1700	
EDBTC-2020-06	5/9/2020	六 Sat	0900 - 1700	
LCSD-2020-E2	5/9/2020	六 Sat	0900 - 1700	康文署資助 LCSD Subvention
EDBTC-2020-07	20/9/2020	日 Sun	0900 - 1700	
EDBTC-2020-08	1/10/2020	四 Thu	0900 - 1700	



中國香港龍舟總會

HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

中級龍舟訓練證書課程 Intermediate Dragon Boat Training Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
IDBTC-2020-01	20,21/6/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
IDBTC-2020-02	25,26/7/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
LCSD-2020-Int1	25,26/7/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	康文署資助 LCSD Subvention
IDBTC-2020-03	15,16/8/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
IDBTC-2020-04	12,13/9/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	

高級龍舟訓練證書課程 Advance Dragon Boat Training Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
ADBTC-2020-01	5,19/7/2020	日 Sun	0900 - 1700	
ADBTC-2020-02	22,23/8/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
ADBTC-2020-SSP	22,23/8/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	康文署學校體育推廣計劃資助 聯校專項訓練計劃 只限中學生 LCSD Subvention Only for Secondary Student
ADBTC-2020-03	5,6/9/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
LCSD-2020-A1	5,6/9/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	康文署資助 LCSD Subvention
ADBTC-2020-04	26,27/9/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	

龍舟舵手先導計劃 Dragon Boat Helm Pilot Programme

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
DBHPP-2020	2020 年 7-9 月 July - September 2020			有待 2020 年 6 月發通告 只限大專生、社工、 全職學校職員參加 To be announced in June 2020 Only for College Students, Social Workers & Full-time School Staff attend



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

一級龍舟舵手證書課程 Level 1 Dragon Boat Helm Training Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
L1DBH-2020-01	20,21/6/2020	六及日 Sat & Sun	0900 - 1700	
L1DBH-2020-02	2,9/8/2020	日 Sun	0900 - 1700	
L1DBH-2020-SSP	2,9/8/2020	日 Sun	0900 - 1700	康文署學校體育推廣計劃資助 聯校專項訓練計劃 只限中學生 此課程包括課程及考試 LCSD Subvention Only for Secondary Student
L1DBH-2020-03	6,13/9/2020	日 Sun	0900 - 1700	

一級龍舟舵手證書考試 Level 1 Dragon Boat Helm Examination

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
L1DBHEx-2020-01	28/6/2020	日 Sun	1030 - 1330	
L1DBHEx-2020-02	28/6/2020	日 Sun	1400 - 1700	
L1DBHEx-2020-03	18/7/2020	六 Sat	1030 - 1330	
L1DBHEx-2020-04	18/7/2020	六 Sat	1400 - 1700	
L1DBHEx-2020-05	29/8/2020	六 Sat	1030 - 1330	
L1DBHEx-2020-06	29/8/2020	六 Sat	1400 - 1700	
L1DBHEx-2020-07	27/9/2020	日 Sun	1030 - 1330	
L1DBHEx-2020-08	27/9/2020	日 Sun	1400 - 1700	

二級龍舟舵手證書課程及考試 Level 2 Dragon Boat Helm Training Certificate Course & Examination

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
L2DBH-2020	2020 年 7-8 月 July – August 2020			有待 2020 年 6 月發通告 To be announced in June 2020

一級龍舟教練證書課程 Level 1 Dragon Boat Coach Certificate Course

課程編號 Course Code	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
L1DBCC-2020	2020 年 10-12 月 October - December 2020			有待 2020 年 7 月發通告 To be announced in July 2020



中國香港龍舟總會

HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

教練工作坊/講座 Coach Workshop / Seminar

課程 Course	日期 Date	星期 Day	時間 Time	備註 Remark
龍舟教練工作坊 2020 (補辦) DB Coaching Workshop 2020 (Reissue)	待定 To be confirmed			只限持有各級龍舟教練 證書人士參加 Only for Coach Credentials
龍舟運動與能量 代謝系統講座 (補辦) Lecture on DB Exercise and Energy Metabolism System (Reissue)	待定 To be confirmed			只限持有各級龍舟教練 證書人士參加 Only for Coach Credentials