



一級龍舟教練證書課程 2018

入學技能測試時間安排

最後版本

更新日期：2018年10月4日

	2018年10月6日(星期六) 0900-1700	2018年10月7日(星期日) 0900-1700
1	陳健華	陳衛南
2	梁兆輝	陳啟光
3	林嘉慧	林建新
4	陳詠詩	陳懷財
5	李朗怡	黃達強
6	陳建明	黃泳濠
7	陳香明	黃耀洋
8	鄭肇恆	張健文
9	黎天賢	吳凱煒
10	郭德林	周炳基
11	張國才	陳玉瑩
12	黃偉基	黎正文
13	黃耀遠	吳偉雄
14	陸仕祺	譚卓謙
15	劉偉權	陳志輝
16	陳漢燊	張祖堯
17	王樂琪	謝惠隆
18	蘇淑美	李志良
19	何厚揚	黃婷茵
20	梁浩銘	
21	馮嘉漢	
22	李紹基	

請各測試者準時出席並自備所需物品，如未能出席即表示放棄參與入學測試。

李婉詩  
訓練委員會主席

2018年10月4日



一級龍舟教練證書課程 L1DBCC-2018

技能測試內容

1. 基本能力  
個人態度、時間管理、危機意識處理。例如安全上落龍舟:從龍舟下水然後返回龍舟
2. 划槳技術  
包括：坐姿、握槳、划姿、身體的協調動作、整齊度等
3. 打鼓及控制龍舟航行技術  
指揮能力、溝通能力、擊鼓節奏、擊鼓聲音、說話聲線
4. 掌舵技術（見附圖）
5. 面試

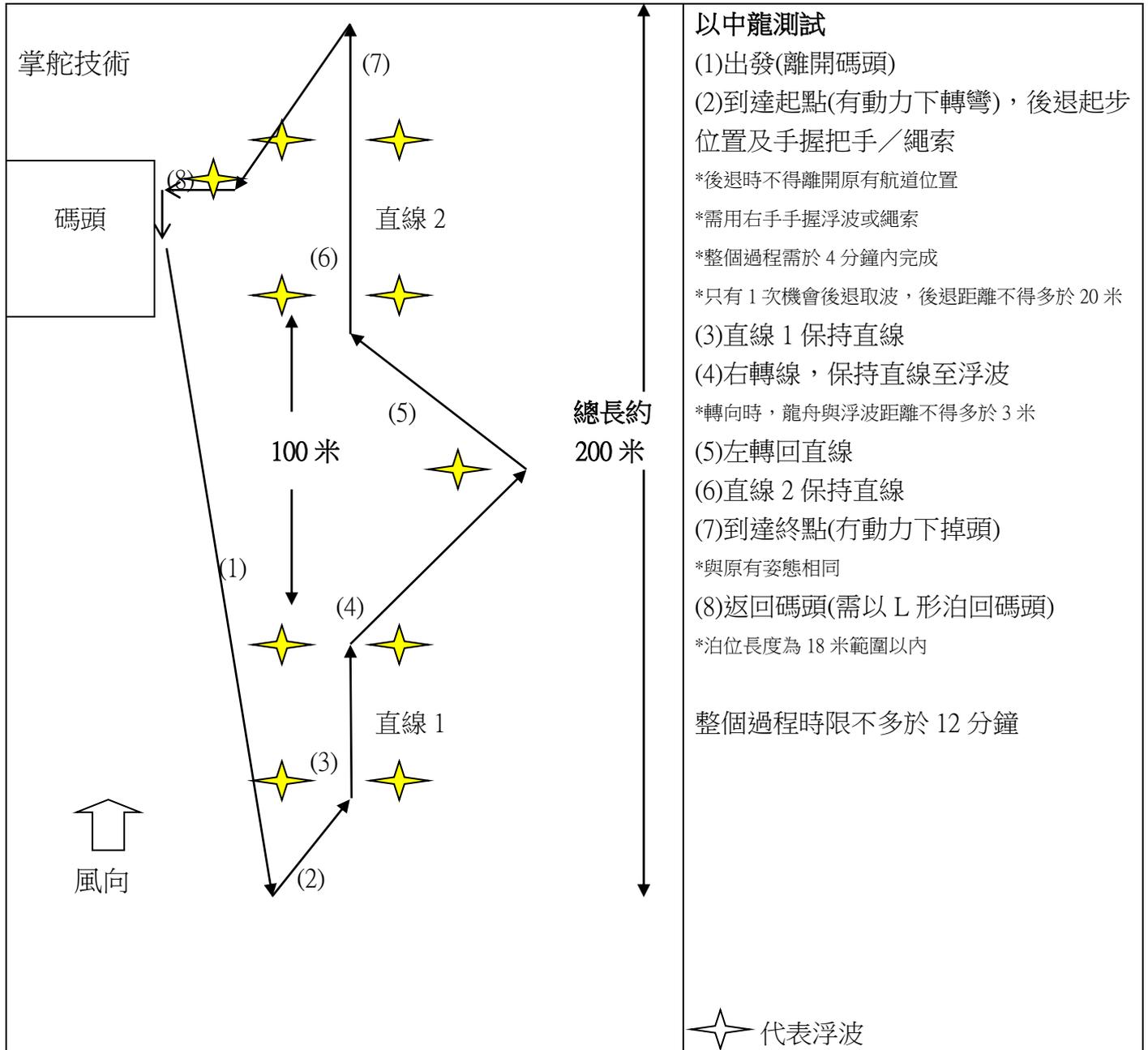
\*備註：五項均要達至合格水平，才獲參加課程資格。



一級龍舟教練證書課程 L1DBCC-2018

龍舟技術測試場地圖解

第一部份：環繞障礙物掌舵測試



**\* 實際場地設置視乎當日風向而定**