



「香港得得得」運動十式工作坊

青少年活動署將於本年 3 月期間舉辦上述活動，由香港賽馬會為紀念成立 125 周年而推行，旨在鼓勵市民定期做運動，從而鍛鍊健康體魄。運動十式的動作由詠春大師葉準先生親自設計，輔以十種健康正面的生活態度為口訣，期望各領袖在完成此工作坊後可於旅團加以推廣，鼓勵各級童軍成員活出健康人生。詳情如下：

(一) 日期：

日期	星期	時間	地點
2010 年 3 月 19 日	五	1930-2200	香港童軍中心

(二) 參加資格：持有有效領袖委任書或教練員委任證之各支部領袖

(三) 費用：全免

(四) 報名辦法：填妥表格 (PT/03) 【可於青少年活動署索取，或從香港童軍總會網頁 <http://www.scout.org.hk> 下載】，於截止日期前傳真 3011 3183 或寄交九龍柯士甸道童軍徑香港童軍中心 9 樓青少年活動署。

(五) 名額：20 人

(六) 截止日期：2010 年 3 月 3 日 (星期三)

(七) 其他：1. 接納與否，均以電郵通知。
2. 參加者可穿著便服出席。
3. 參加者可獲得「香港得得得」運動十式練習秘笈乙本。
4. 參加者若於本年 3 月 15 日 (星期一) 仍未收到通知，請於辦公時間內與活動幹事許明麗小姐 (電話：2957 6413) 聯絡。

青少年活動總監 陳肖齡
(吳文超代行)

