



通告 202311294

各位家長：

鐵人耐力訓練計劃事宜

本計劃透過恆常進行體能訓練，強化學生的體魄和培養體育精神。現附上訓練詳情，敬希家長留意。

日期：	逢星期四 上學期：12/10, 19/10, 26/10/2023、23/11/2023、7/12, 14/12/2023 下學期：待定
時間：	下午4:00至下午6:00
地點：	校內健身室/石硤尾公園
服飾：	整齊運動服
負責老師：	許靜老師
備註：	1. 家長請確保子女已符合參加者基本體能要求（能夠連續完成不少於1500米跑和踏單車100米） 2. 請學生更換好運動服，直接到二樓健身室集合。 3. 請學生確保訓練當日身體狀況適合進行運動，才參與訓練。 4. 如訓練當日天氣惡劣，教育局宣佈停課，訓練將會取消。 5. 另外，為確保校方與家長有效溝通，若家長於本學年初呈交的緊急聯絡電話有任何修改，請囑咐貴子弟即時通知負責老師以作改動。

家長同意貴子弟出席訓練，請於12月4日(星期一)之前簽覆通告，如有任何查詢，請與負責老師聯絡。

順祝
生活愉快！

校長



謹啟

2023年11月29日

九龍南昌街三〇〇號
300, Nam Cheong Street,
Kowloon
Tel: 27792986 Fax: 27881677
<http://www.twghcmts.edu.hk>

東華三院張明添中學
TUNG WAH GROUP OF HOSPITALS
CHANG MING THIEN COLLEGE



通告 202311294

鐵人耐力訓練計劃

回條

本人收到 貴校 11 月 29 日通知，確認小兒/ 小女已符合參加者基本體能要求，並同意小兒/
小女參與恆常訓練，並督促敝子弟依時出席。

家長姓名：_____ 家長簽署：_____ 日期：_____

學生姓名：_____ 學生班別：_____ 學生班號：_____

