

課外活動通知書
長跑小組境外活動特別訓練

本校長跑小組為入選/有意參與本學年境外長跑活動之隊員提供特別訓練，以增強隊員長距離路跑之能力，以及建立團隊默契，本小組將於 2025 年 2 月至 5 月期間舉辦特別訓練，詳情如下：

活動日期：27/2、1/3、6/3、8/3、22/3、27/3、29/3

3/4、5/4、10/4、12/4、17/4

3/5、8/5、10/5、15/5、17/5、22/5、24/5

集合時間：15:45(逢星期四)， 9:00 (逢星期六)

集合地點：學校有蓋操場

活動地點：沙田至馬鞍山、西貢及學校範圍

解散時間：18:00 (逢星期四)， 12:30 (逢星期六)

解散地點：學校有蓋操場

服飾：穿著長跑小組隊服/體育服及跑鞋

裝備：帶備水樽、少量現金及八達通(\$100 餘額)

天氣：活動當日早上懸掛黃色暴雨警告訊號或以上，活動會取消。

如活動因天氣取消，負責老師會於活動當日早上與家長聯絡

負責老師：助理校長陳健偉老師、學校社工壽振飛先生

請家長鼓勵 貴子弟參與有關活動，如有任何查詢，歡迎與陳健偉助理校長或學校社工壽振飛聯絡(26416238)。

此致

貴家長

東華三院黃鳳翎中學校長



梁國強 謹啟

二零二五年二月二十四日

通告編號：N2425/224/S/E

家長覆函 (請於 26/2/2025 前交回負責老師或社工)

長跑小組境外活動特別集訓

本人同意/不同意^啟子弟參與2-5月長跑小組主辦的訓練活動，並遵守活動期間老師給予之指示。如活動期間有緊急事件，可即時聯絡 貴子女手提電話。

此覆

東華三院黃鳳翎中學校長

班別：_____ 班號：_

學生姓名：_____

家長姓名：_____

緊急聯絡電話：_____

家長簽署：_____

二零二五年二月 日