



青苗籃球培訓計劃

籃球訓練營

個人攜帶物品一覽表

- + "青苗籃球培訓計劃"學員 T-恤及比賽球衣 (如已購買)
- + 供四天用之運動服裝及替換衣物
- + 梳洗用品 (毛巾、牙刷、牙膏、沐浴露、梳、洗頭水)
- + 雨具、自用藥品、口罩
- + 如需佩帶眼鏡者，宜選用不破鏡片或攜帶後備眼鏡
- + 記事簿、筆 (戰術講解及會議時用)

注意事項

- ◇ 以上資料只供參考，請參加者按個人需要而決定攜帶的物品。
- ◇ 不建議攜帶貴重物品入營(包括：手提電話、遊戲機及相機等)，攜來物品須自行保管，如有遺失，本會概不負責。
- ◇ 入營時必須穿著"青苗籃球培訓計劃"學員 T-恤，如已購買。
- ◇ 參加球類活動者必須穿平底、不脫色膠底運動鞋及運動服裝。
- ◇ 如入營當日上午十一時，天文台懸掛三號或以上風球，或黑色暴雨警告訊號，則該日活動即告取消，改動後之入營時間敬請留意中國香港籃球總會的教練網頁 (www.basketball.org.hk)內公佈。

健康聲明及醫療事宜

1. 如參加者有任何長期病患，家長請以書面註明參加者患有何種長期病患(如患哮喘、心臟病、對食物或藥物敏感等)及需要定期服用之任何藥物等資料。
2. 所有參加者應帶備個人慣用之藥物或醫生證明或處方(如感冒藥或腸胃藥等)。基於安全理由，工作人員及非醫療人員不會提供任何藥物予參加者。