

# 康樂攀樹助教證書課程

**你想成為一位專業的康樂攀樹教練嗎？** 攀樹是一項有益身心、歷史悠久的健體活動。康樂攀樹十多年前在國外已有各式各樣的康樂攀樹活動推行，直至現在，全球已有數十萬人參與過這項活動。康樂攀樹活動的年齡由八歲至年長至六十歲的人仕也適合參加。此項活動是利用個人安全保護裝備、各種繩結運用和不同的技巧進行安全攀樹。這項活動不但有益身心，更可訓練個人勇氣、意志和集中能力，並更令參加者重拾童真，享受親親大自然的樂趣……。

現有【康樂攀樹助教證書課程】於2018年9-10月期間開辦 (TC-AI-15-18~此課程包括攀樹基礎 + 攀樹技術 + 攀樹助教證書)，完成此助教課程並經評審合格，**可獲頒授【國際攀樹協會/ITCA】之攀樹助教證書**。此課程可增強攀樹繩索及裝備的認識；亦可認識及接觸到樹上拯救的技術，對開辦歷奇活動上有很大幫助。另可憑此助教證書，累積經驗及訓練時數，報考一級攀樹教練課程；持有一級教練資歷後，可於全港的制服團體、青年中心、慈善團體等開辦康樂攀樹活動及體驗課程，讓參加者能透過活動，建立正面及積極態度、增加自信心、勇於跳出框框、突破個人限制等……，給予每位參加者個人成長的機會。

## 報名資格：

1. 年齡18歲以上
2. 能80%出席訓練時間

## 課程教練/助教：

1. 國際攀樹協會三級攀樹教練任主教練
2. 並由一級、二級攀樹教練擔任助教

## 課程內容：

- |            |               |            |           |
|------------|---------------|------------|-----------|
| 1. 攀樹概念及背景 | 4. 固定點設置(大細圈) | 7. 繩尾腳鎖法   | 10. 定向搖擺  |
| 2. 攀樹器材認識  | 5. 攀爬技術       | 8. 安全短繩的使用 | 11. 拋繩結使用 |
| 3. 繩結及繩索運用 | 6. 各種身體推進法    | 9. 枝上行走    | 12. 轉支點   |

## 課程須知：

課程費用： \$4100 (凡於開課兩星期前完成報名及報讀三個證書及全數繳交課程費用，可以**優惠價\$3200**參加本助教課程。課程費用包括個人安全裝備、入營及場地租用費用。學員經評審合格後，申領攀樹基礎(\$30)、攀樹技術(\$50)及攀樹助教證書(\$50)費用須合共另付**\$130**，在市面上同類5日的訓練課程大約**\$5000-\$6000或以上**。)

- 評 審： 1. 筆試  
2. 技術考核，包括：  
a. 固定點設置(大細圈) b. 繩結及繩索運用  
c. 推進法 d. 枝上行走

證 書： 此助教課程需為期1-2個月的持續性專項技術訓練，並非速成班，需恆心及毅力方能完成，學員須完成以上各項考核並經評審合格之學員，**方獲由【國際攀樹協會/ITCA】簽發之【攀樹助教證書】**

名 額： 8-16人 (名額先報先得)

截止報名： 15/9/2018

報名方法： 填妥下列報名表 E-mail 至下列電郵地址

付款方法： 報名參加者於 18/9/2018 前將獲電郵通知取錄與否及確認留位付款程序

報名電郵： lifexplore@hotmail.com

查詢方法： Tel/Whatsapp 9135-0041



## 康樂攀樹基礎+技術+助教證書課程上課日期

Tree Climbing Assistant Instructor (TC-AI-15-18)					
日期	時間	課程大綱	上課地點	課程費用	報讀
29/9/2018(星期六)	0945 – 1745	攀樹基礎證書	野外實習	\$500	
30/9/2018(星期日)	0945 – 1745	攀樹技術證書	野外實習	\$1800	
6/10/2018(星期六)	0945 – 1745	攀樹技術證書	野外實習		
13/10/2018(星期六)	0945 – 1745	攀樹助教證書	野外實習	\$1800	
14/10/2018(星期日)	0945 – 1745	攀樹助教證書	考核日		
21/10/2018(星期日)	0945 – 1745	後備日期			

## 康樂攀樹基礎+技術+助教證書課程報名表

姓名(中文): \_\_\_\_\_ 姓名(英文): \_\_\_\_\_  
年齡: \_\_\_\_\_ 性別: \_\_\_\_\_  
身份證號碼: \_\_\_\_\_ 康樂攀樹基礎證書號碼: \_\_\_\_\_ (如持有)  
電話: (住址) \_\_\_\_\_ (辦事處): \_\_\_\_\_ (手提電話): \_\_\_\_\_  
電郵: \_\_\_\_\_ (為方便聯絡及傳送課程講義, 必需提供)

所有參加者須提供中/英文姓名/身份證號碼。

備 註:

1. 已報名參加者將於 18/9/2018 日前獲電郵通知取錄與否、確認留位及付款程序。
2. 參加者於訓練日須穿着長褲、便服及運動鞋。
3. 參加者請於截止日期前報名, 以便安排符合人數比例的教練及助教數目。
5. 本課程不包括保險, 學員如有需要, 可自行選購相關保險產品。
6. 參加此活動純屬自願性質, 參加者如在活動期間因發生意外而導致任何事故及傷亡, 本協會並不須要負上任何法律責任。

