

## 2026 年度恒生精英隊(第一期)

### 章程

- (一) 宗旨：為有潛質之運動員提供高水平訓練
- (二) 資格：達到恒生精英隊水平之 16 歲以下球員 (以每期第一日訓練日期計算) 必須持有中國香港乒乓總會「章別獎勵計劃 - 金章」或以上
- (三) 名額：共 2 個訓練地點；每個訓練地點 16 人
- (四) 訓練地點：A 區-彩榮路體育館 / 九龍公園體育館 / 聖公會聖提摩太小學；  
B 區-西灣河體育館
- (五) 訓練時數：本期訓練為 1 月至 4 月；每週 3 課，每課 2 小時 (學員出席率必須達 80%)；訓練時間表請見附件。
- (六) 費用：訓練費：每期港幣\$1,700  
制服費：全套港幣\$350 (全套包括:2 件球衣+1 套運動套裝)  
(如名單確認後，球員因任何原因退出，所繳交的費用將不設退款)
- (七) 報名辦法：參加者請細閱隊員須知及守則並填妥登記表；  
報名申請可登入 <https://forms.gle/roA8htFr1Gi39iXE> 填寫；  
訓練費須於截止日期前親遞或寄回學院校務處辦理，逾時作自動放棄論。  
地址：香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓 2008 室  
辦公時間：星期一至五 上午 9 時 30 分至下午 1 時  
下午 2 時 15 分至 6 時  
星期六、日及公眾假期休息
- 備註：
- 費用須以兩張獨立支票分別繳付(i)訓練費：港幣\$1,700 及 (ii) 制服費：港幣\$350，抬頭請寫：「中國香港乒乓總會有限公司」，支票背面請寫上參加者姓名、聯絡電話及註明「精英隊訓練費用」；
  - 如遞交之支票未能兌現，本學院將收取發票人港幣 150 元之行政費用；
  - 如申請訓練費豁免，須附上社會福利署 - 綜合社會保障援助計劃(綜援)之文件證明副本。
- (八) 截止日期：現役隊員：2025 年 12 月 19 日(星期五) – 優先取錄  
新隊員：2025 年 12 月 23 日(星期二) 餘下名額由青苗區際賽產生
- (九) 參加者所提供的資料只用於主辦機構的活動報名事宜，在遞交登記表後，如欲更改或查詢所申報的個人資料，可致電與學院校務處聯絡。有關保護個人資料之詳細條文，請參閱中國香港乒乓總會網站之“私隱政策聲明”，中國香港乒乓總會在需要時會對內容作出更新或修訂及保留對全部條文的最終解釋權。
- (十) 本章程如有未盡善之處，主辦機構有權隨時增減或修改。
- (十一) 查詢電話：2575 5330

## 2026 年度恒生精英隊(第一期) 隊員須知及守則

恒生精英隊隊員必須細閱及嚴格遵守以下各點須知及守則：

### 公平原則

- 為了避免利益衝突，所有恒生精英球員之私人教練不得為恒生少兒精英隊之教練及助教。
- 中國香港乒乓總會轄下之梯隊包括中國香港青少年代表隊、精英隊、少兒精英隊及青苗；如球員因任何原因而需要申請降級，必須以電郵申請，本會將視乎實際情況並審視球員訓練出席率及表現，以決定批核有關申請。本會保留入選準則、名額及名單最後之決定權。

### 訓練態度行為

- 尊重教練，訓練認真，隊員間團結合作。若訓練態度及行為影響其他學員，教練會給予口頭警告及報告予學院紀錄，如警告紀錄多於兩次，再犯者將被請離隊。
- 每次訓練必須穿著整齊精英隊制服，準時出席訓練。

### 訓練出席率要求

- 必須出席每課訓練，如因以下情況請假，必須向本會提交有關證明文件以不作缺席計算：
  - a. 須於病假後 3 堂內提交由香港註冊醫生發出之傷患或病假證明；
  - b. 如參加本會、康文署、學界體育聯會及中國乒乓球協會主辦之賽事，必須於賽事日前最少 1 星期提交證明(包括章程及賽程)予教練申請豁免計算出席率；
  - c. 海外/內地乒乓球訓練營/計劃之假期申請，必須於最少 2 星期前遞交有關證明予本會秘書處，每期最多可申請一星期假期；
  - d. 以上之申請接納與否，本會擁有最終決定權；
  - e. 有違以上安排者，一概當缺席論。
- 累積 2 次遲到超過 15 分鐘，則當一次缺席論。
- 無故缺席者本會會記錄在案，並將會影響其在本會之任何甄選。
- 出席率將以月份計算，首兩次低於 80%者將發書面警告，第三次低於 80%者會被請離隊。

### 訓練要求

- 訓練以四個月為一期，學院及教練將根據學員在訓練期間的表現進行評核，評核準則將基於：
  - a. 出席率 (每月不少於 80%)
  - b. 公開比賽成績
  - b. 技術評核試
  - d. 隊內比賽成績
  - e. 訓練態度、紀律
  - f. 教練評語
- 每年第三期隊員必須參加 12 月舉辦的恒生精英隊聯賽，代表所屬訓練點爭奪殊榮；每月出席率達 80%者方有資格參與海外賽事或訓練之選拔，其表現、成績及排名將為被派往比賽或訓練作考慮依據。若球員沒合理原因及證明而缺席任何賽事，或會被勸離隊。
- 隊員有義務參與及協助「恒生乒乓球學院」和中國香港乒乓總會指定之活動，例如：恒生乒乓球學院週年畢業禮、探訪青苗訓練班、賽事觀賞...等等，無故缺席者將當一次缺席論。

主辦



中國香港乒乓總會  
Hong Kong, China Table Tennis Association



恒生乒乓球學院  
Hang Seng Table Tennis Academy

資助



康樂及文化事務署  
Leisure and Cultural  
Services Department



全力支持



恒生銀行  
HANG SENG BANK

### 其他注意事項

- 若於訓練開始前 2 小時，天文台發出黑色暴雨警告訊號或懸掛 8 號或以上颱風訊號，該日訓練將取消，不另補課。如於開始訓練後懸掛上述之訊號，教練將安排各球員安全地離開。
- 有關隊內消息如甄選、聯賽安排，或乒總賽事、章別考試等消息，可多加留意乒總網頁。

本隊員須知及守則如有未盡善之處，本學院有權隨時修改。

恒生乒乓球學院校務處

2025 年 12 月