

高級獨木舟證書課程

目的：	提高個人之划舟技術及知識，使更安全進行獨木舟旅程及活動。
課程日數：	三天技術訓練，兩天旅程，另加一天考核
參加資格：	持有獨木舟中級證書
訓練內容：	<p>(理論)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 獨木舟旅程之編排2. 獨木舟旅程之安全措施3. 與划舟活動有關之本地航海條例4. 與划舟活動有關之急救常識 <p>(實習)</p> <ol style="list-style-type: none">1. 提手式壓水急轉向 (上手不高過額)2. 橫跨式船頭舵 (後手須置於肩膊位置，不可置於腰部)3. 連艇泳法 (以任何泳式連槳游約 5 米至指定目標，防浪裙須保持在艙口圍邊上)4. 行進間橫移5. 任何一式愛斯基摩翻滾 (防浪裙須保持在艙口圍邊上)6. 划行盛滿水之獨木舟約 50 米 (不可覆舟)7. 全體覆舟拯救法 (3 人為 1 組，需四分鐘內完成)
獎勵：	證書乙張
考核：	<ol style="list-style-type: none">1. 由總會負責，考生須透過屬會安排或參加由總會舉辦之公開考試，而考核範圍與訓練內容相同。2. 考生須於考試前具備最少兩次不少於 15 千米的旅程經驗，並由總會註冊初級獨木舟教練或以上資歷者在記錄冊上簽署。3. 應考時需展示一日划舟旅程之裝備，並放置在適當位置。

澳門獨木舟總會

獨木舟證書課程 - 團體報名表

(以下請用正楷填寫)

團體名稱		傳真號碼	
團體地址			
活動負責人姓名		聯絡電話	
項 目	<input type="checkbox"/> 初級證書 <input type="checkbox"/> 中級證書 <input type="checkbox"/> 高級證書 <input type="checkbox"/> 少年獨木舟初階課程		

	中文姓名	外文姓名	性別	聯絡電話	身份證號碼	出生年份
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

聲明

謹此聲明本會參加之全體組員的身體狀況均屬良好，並無任何已知或懷疑有的疾病，能游泳 25 米以上，適合參與此項活動。主辦單位不須對在活動舉行期間發生的任何物件之損失、人命傷亡及意外負上法律責任。

團體代表簽署： _____

日 期： _____

團體印鑑：

澳門獨木舟總會

獨木舟證書課程報名表

(以下請用正楷填寫)

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	相 片 一 張
出生日期		身份證號碼		
手提電話		住宅電話		
電 郵				
地 址				
項 目	<input type="checkbox"/> 初級證書 <input type="checkbox"/> 中級證書 <input type="checkbox"/> 高級證書 <input type="checkbox"/> 少年獨木舟初階課程			
如有緊急事故 請通知下列人仕	姓 名		聯絡電話	
責任聲明書			參加者簽名：	
本人謹聲明能游泳 25 米或以上，同意遵守教練及導師訂下的規則，承擔一切因活動所引起之危險，並同意主辦單位不須對因活動而可能所引致之傷害負責。			日期： 日 月 年	
家長同意書			家長／監護人簽名：	
未滿十八歲參賽者須由家長或監護人簽署同意				
本人(姓名) _____ 同意敝子弟(姓名) _____ 參加是次活動，活動中若發生任何意外事件，本人願負全責，一切責任與主辦單位無關。			日期： 日 月 年	
學員須知： (1) 參加者若中途缺課，或任何個人理由取消上課，所繳費用概不退還。 (2) 學員需經考核合格，方可頒發證書。				