



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：
Joint Honorary Patron:

施德論先生
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生
Mr. Howard Young

義務法律顧問：
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師
Mr. Allen W.H. Che

2019 年集訓隊 招募章程

目的

積極為 2019 年的亞洲青少年定向錦標賽及 2020 年的亞洲定向錦標賽備戰，爭取各組別的獎項。

集訓隊類別

香港定向總會集訓隊包括下列 6 個集訓隊：

1. 精英集訓隊
2. 精英發展集訓隊
3. 短距離定向精英集訓隊
4. 成年集訓隊
5. 青少年集訓隊
6. 青少年發展集訓隊

精英發展

香港定向總會為精英集訓隊、短距離定向精英集訓隊、精英發展集訓隊及青少年集訓隊隊員成立了一個**精英培訓計劃(HPP)**，目標是於國際賽中獲得傑出成績。培訓計劃主要針對有才能及決心的運動員，透過提供更多訓練機會以協助運動員於世界定向錦標賽、世界青少年定向錦標賽、亞洲青少年定向錦標賽及亞洲定向錦標賽中達標並爭取獎項。詳情將於集訓隊內公佈。

訓練期

第一期*：2019 年 2 月 – 2019 年 12 月

第二期*：2020 年 1 月 – 2020 年 12 月 (不包括青少年發展集訓隊)

* 每期訓練將平均劃分為四個訓練階段

報名費

港幣 300 元

報名方法

填妥報名表格及運動員責任守則，並連同劃線支票（抬頭：「香港定向總會」或「Orienteering Association of Hong Kong」），寄回「九龍灣宏開道 15 號九龍灣工業中心 727 室

截止日期

2019 年 2 月 10 日



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人： 施德論先生 楊孝華先生 義務法律顧問： 車偉恒律師
Joint Honorary Patron: Mr. John E. Strickland Mr. Howard Young Honorary Legal Advisor: Mr. Allen W.H. Che

精英集訓隊

目標： 為精英運動員提供深層次的訓練並爭取於來屆亞洲定向錦標賽及全國定向錦標賽中獲得前 8 名；提升隊員在世界定向錦標賽的成績。

資格：

1. 2018 年精英組短距離或中長距離排名聯賽的冠亞軍； 或
2. 2018 年精英組短距離年終排名成績平均分取得 900 分或以上及中長距離平均分取得 850 分或以上。

人數： 7 名

精英發展集訓隊（於 1994 年或之前出生）

目標： 為年青運動員提供高質素及系統性的訓練，擴闊隊員的比賽經驗並爭取成為精英運動員。

資格： 具潛質的現役集訓隊隊員，取得以下排名分數，須提交個人訓練計劃及比賽目標並獲集訓隊教練推薦加入。

1. M/W20 組別中長距離年終排名平均分獲 900 分或以上
2. M/W21 組別短距離年終排名平均分獲 950 分或以上
3. M/W21 組別中長距離年終排名平均分獲 900 分或以上
4. M/W E 組別短距離年終排名平均分獲 850 分或以上
5. M/W E 組別中長距離年終排名平均分獲 800 分或以上
6. 如名額許可，集訓隊教練可推薦有突出表現的非集訓隊運動員加入。

人數： 7 名

短距離精英集訓隊

目標： 為精英運動員提供根據短距離定向的訓練並爭取於來屆亞洲定向錦標賽及全國定向錦標賽中獲得前 8 名；提升隊員在世界定向錦標賽的成績。

資格： 2018 年度短距離排名聯賽成績達 900 分以上，如超過 7 名會根據較優異成績優先取錄

人數： 6 名

成年集訓隊（於 1998 年或之前出生）

目標： 為致力成為精英的運動員提供恆常訓練並爭取於來屆亞洲定向錦標賽及全國定向錦標賽中獲獎。

資格：

1. 於 2018 年精英組中長距離年終排名成績平均分取得 700 分或以上； 或
2. 於 2018 年分齡組中長距離年終排名成績平均分取得 800 分或以上。

人數： 30 名



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人： 施德論先生 楊孝華先生 義務法律顧問： 車偉恒律師
Joint Honorary Patron: Mr. John E. Strickland Mr. Howard Young Honorary Legal Advisor: Mr. Allen W.H. Che

青少年集訓隊

目標： 提供系統性訓練予有才能及致力於精英發展的青少年運動員並爭取於來屆亞洲定向錦標賽、亞洲青少年定向錦標賽及全國定向錦標賽中獲獎；提升隊員在世界青年定向錦標賽的成績。

資格：

1. 於 2018 年 M/W 12 至 M/W 20 中長距離年終排名成績平均分取得 800 分或以上；或
2. 於 2018 年精英組中長距離年終排名成績平均分取得 700 分或以上； 或
3. 如名額許可，集訓隊教練可推薦經評核的運動員加入。

- 青少年代表隊選拔僅限青少年集訓隊隊員

人數： 40 名

青少年發展集訓隊

目標： 運動員透過出席恆常的訓練以改良定向技術
協助成員晉升至青少年集訓隊

資格： 於 2018 年 M/W 12 至 M/W 16 中長距離年終排名成績平均分取得 700 分或以上
或

由下列人士推薦：

1. 集訓隊教練
2. 全港青少年野外定向推廣計劃教練
3. 梯隊訓練計劃教練
4. 屬會

- 獲推薦的成員須於選拔測試中合格才可正式入隊。
- 青少年發展集訓隊訓練期為 1 年，教練可因應情況延續個別運動員的訓練期至 2 年。
- 現有青少年發展集訓隊及青少年集訓隊隊員均不可加入 2019 年青少年發展集訓隊，獲集訓隊教練推薦除外。
- 表現良好的成員可獲推薦至青少年集訓隊。

人數： 20 名

考核

請參閱表一



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：

Joint Honorary Patron:

施德論先生

Mr. John E. Strickland

楊孝華先生

Mr. Howard Young

義務法律顧問：

Honorary Legal Advisor :

車偉恒律師

Mr. Allen W.H. Che

備註：

1. 所有集訓隊成員均須簽署並同意遵守運動員責任守則。
2. 集訓隊隊員如因學業或工作而離港，隊員仍需維持與現行集訓隊相同的訓練量。隊員應諮詢相關的集訓隊教練有關維持其隊員身份的要求。
3. 集訓隊將安排一些海外集訓，隊員的出席率必須維持在 **80%**或以上方獲挑選參加。
4. 集訓隊教練可推薦 **2018** 年集訓隊成員加入 **2019** 年集訓隊。
5. **2018** 年集訓隊成員如於最後一個訓練階段出席率未達要求、中途退隊或被開除出集訓隊，申請重新加入 **2019** 年集訓隊須獲集訓隊教練批准並接受為期三個月的觀察期，表現良好方可成為正式隊員。



香港定向總會

Orienteering Association of Hong Kong

國際定向聯盟成員及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會會員
Affiliated to: International Orienteering Federation and Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China

聯合名譽贊助人：
Joint Honorary Patron:

施德論先生
Mr. John E. Strickland

楊孝華先生
Mr. Howard Young

義務法律顧問：
Honorary Legal Advisor:

車偉恒律師
Mr. Allen W.H. Che

表一

集訓隊考核要求

集訓隊成員須於第一期訓練符合以下條件方可進入第二期訓練：

項目	要求	
出席率	精英集訓隊、精英發展集訓隊、短距離定向精英集訓隊及成年集訓隊： 每階段平均	70%或以上
	青少年集訓隊： 每階段平均 並在以下各項： I. 體能訓練及會議 II. 技術訓練 III. 越野跑 IV. 指定比賽	70%或以上 I 至 IV 各項維持在 50%或以上
比賽成績	精英集訓隊： 2019 年中長距離與短距離聯 賽年終排名成績	維持入隊的要求
	精英發展集訓隊： 2019 年中長距離與短距離聯 賽年終排名成績	達到比賽計劃訂定的成績 (須 獲教練同意)
	短距離定向精英集訓隊	維持入隊的要求
	成年集訓隊： I. 2019 年分齡組中長距離 聯賽年終排名成績 II. 2019 年精英組中長距離 聯賽年終排名成績	800 分或以上 700 分或以上
	青少年集訓隊： 2019 年中長距離聯賽年終排 名成績	800 分或以上
紀律	無嚴重違規記錄	