

香港乒乓總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 恒生銀行 全力支持  
**2020 年度恒生精英隊 (第一期)**  
**隊員須知及守則**

各位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，所有精英隊隊員之私人教練不得為精英隊之教練及助教。

### 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，必須向教練提交有關證明文件以不作缺席計算。
  - a. 須於病假後 3 堂內提交由醫生發出之傷患或病假證明
  - b. 須於賽前 1 星期提交本會、康文署、學界體育聯會主辦之賽事證明  
如有違以上安排者，一概當缺席論。
- 累積 2 次遲到超過 15 分鐘，則當一次缺席論。
- 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%者會被勸離隊。
- 如傷病假佔平均訓練日超過 20%，將不獲推薦參加青少年甄選。

### 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，以調整及補充精英隊隊員；評核準則將基於：
  - a. 出席率 (每月不少於 80%)
  - b. 技術評核試
  - c. 訓練態度、紀律
  - d. 公開比賽成績
  - e. 隊內比賽成績
  - f. 教練評語
- 每年第三期隊員必須參加 12 月舉辦的精英隊聯賽，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、恒生校園乒乓球大挑戰、與青苗隊員交流、賽事觀賞...等等，無故缺席者將當一次缺席論。

### 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、乒總賽事或章別考試等消息，隊員可留意乒總網頁。如有需要，本會將以電郵通知隊員有關消息。

本須知及守則如有未盡善之處，本學院有權隨時修改。