



中國香港排球總會有限公司
Volleyball Association of Hong Kong, China Limited

2026香港女子青年沙灘排球代表隊遴選

運動員申請表格

推薦單位： 教練 / 老師姓名：

出席選拔時間：

- 2026年1月20日(二) 20:00-23:00 彩虹道沙灘排球場
 2026年1月21日(三) 19:30-22:00 葵涌沙灘排球場

運動員個人資料

中文姓名		英文姓名	
出生日/月/年	/ /	國籍	
是否持有 香港特區護照	是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/>	如〔否〕請列出原因 或列出持有哪個國家護照	
身高(cm)		體重(kg)	
是否曾參加青苗沙灘排球培訓計劃？是(年份：) / 否			
學校 / 班級	(班級：)		
住址			
學生聯絡電話		家長聯絡電話	
電郵地址 (必須清楚填寫)			
室內/沙灘排球經驗(最近兩項曾參加以訓練班或比賽)：			
運動員(有/否)遺傳、貧血、心臟病或運動創傷歷史等(如「有」請詳寫年份、程度和現狀)			
運動員簽署			

評核資料(由總會評核教練填寫)

立定摸高	cm	發球 (10 個)			
攔網摸高	cm	動作評分 (流暢、協調)	/10	質量評分 (落點、貼網)	/10
原地跳高	cm	扣球 (左右各 10 個)			
助跑摸高	cm	動作評分 (步法、時間)	/10	質量評分 (落點、力量)	/10
米字跑步	秒	墊球 (接發及小球各 10 個)			
		動作評分 (移動、肩腳)	/10	質量評分 (成功、落點)	/10
球賽					
場感評分		/10	沙技應用		/10

評核教練姓名：_____ 簽署：_____