

名 額： 每班12人

- 參加資格：
1. 年滿十三歲或以上 (入學水試當日)；
 2. 於五分鐘內游畢二百米(任何向前之泳式)；
 3. 能踩水三分鐘。

課程費用： HK\$350.00 (包括首次考試費用)
入學測試不合格或缺席之學員，所繳費用恕不退還，敬請留意。

- 報名辦法：
1. 填妥申請表格T001 (可到本會網頁下載)；
 2. 劃線支票(抬頭『中國香港拯溺總會』，背面填寫姓名、聯絡電話號碼、訓練班編號)，連同以上文件於截止日期前一併交回中國香港拯溺總會辦事處收，以『先到先得，額滿即止』方式報名。
(不接受傳真報名，除課程取消外，已繳交之費用概不發還或更改課程。)

- 學員須知：
1. 水試前三天以電郵形式發出通知，請於申請表格上清楚填寫電郵地址已報名之學員亦可在水試前三天到本會網頁查詢；
 2. 各學員必須出席率達80%或以上，才可獲得考試資格；
 3. 學員必須按照報讀課程的考試日期應考，恕不接受更改日期的申請；
 4. 各學員必需自備個人用品；
(個人用品包括：水試使用的長袖恤、長褲或長裙、救生繩及救生水泡)；
 5. 所有訓練均以粵語授課。

查 詢： 可於辦公時間內親臨香港灣仔軒尼詩道258號德士古大廈21樓
中國香港拯溺總會辦事處或致電2511 8363。

傳真: 2507 5239 網頁: www.hkclss.org.hk

辦公時間： 星期一至星期五 09:00-17:30
 星期六 09:30-12:30
 星期日及公眾假期 休息

二零二六年拯溺訓練計劃

(拯溺銅章 - 沙灘訓練)



中國香港拯溺總會

主辦機構：

Hong Kong China Life Saving Society



資助機構：



更新日期：14/04/2026

2026年拯溺銅章沙灘訓練課程

編號	入學測試 日期及時間	課程日期	課程時間	上課地點	考試日期及 時間	考試地點	截止 日期
BEACH BM 01 (A-20)	6/6 1300-1500	6/6 7/6, 13/6 14/6 20/6	1500-1800 0830-1300, 1400-1830 0900-1300, 1400-1800 0900-1400	荃灣 近水灣泳灘	20/6 1400-1700	荃灣 近水灣泳灘	26/5
BEACH BM 02 (L-05)	11/8 1430-1630	11/8 13,18,20,25,27/8 22/8 30/8	1630-1830 1430-1830 0900-1300, 1400-1800 1000-1400	荃灣 更生灣泳灘	30/8 1500-1800	荃灣 更生灣泳灘	1/8
BEACH BM 03 (T-22)	20/8 0845-1030	20/8 21,22,23,24,25/8 27/8	1030-1230 0845-1230, 1330-1530 0845-1030	西貢 銀線灣泳灘	27/8 1030-1330	西貢 銀線灣泳灘	10/8
BEACH BM 04 (N-06)	20/8 1000-1200	20/8 21,22/8 24,25/8 26/8	1300-1600 0900-1200, 1300-1600 0900-1200, 1300-1600 0900-1200, 1300-1700	清水灣第二灣泳灘	28/8 0900-1200	清水灣第二灣泳灘	10/8
BEACH BM 05 (E-12)	26/9 0830-1030	26/9 27/9 1,3,4,10/10 11/10	1030-1230 0830-1230, 1330-1530 0830-1230, 1330-1530 0830-1030	大嶼山 銀礦灣泳灘	11/10 1030-1330	大嶼山 銀礦灣泳灘	16/9

本會保留一切課程修改之權利