



中國香港拯溺總會

Hong Kong China Life Saving Society

## 學員 400 米游泳測試聲明

學員游泳必須由註冊教練負責測試評核，確保學員 15 分鐘內可在泳池完成 400 米距離游泳，期間沒有任何停頓。測試使用任何向前泳式進行（不接受背泳），亦不可使用任何浮物協助。

測試日期 : \_\_\_\_\_ 測試時間 : \_\_\_\_\_

測試地點 : \_\_\_\_\_ 泳池

	救生手冊 編號	學員姓名	400 米游泳 測試成績	備註
1			*合格/不合格	
2			*合格/不合格	
3			*合格/不合格	
4			*合格/不合格	
5			*合格/不合格	
6			*合格/不合格	
7			*合格/不合格	
8			*合格/不合格	
9			*合格/不合格	
10			*合格/不合格	

本人(姓名)\_\_\_\_\_，註冊教練編號\_\_\_\_\_謹聲明上述 400 米游泳測試由本人評核，測試成績屬實無訛。我明白故意作出失實填報屬欺騙行為，會導致「泳池救生章」拯溺考試無效。

(本游泳測試聲明須於申報考試時一併呈交)

日期 : \_\_\_\_\_

註冊教練簽署 : \_\_\_\_\_

屬會印章 :

\* 請刪去不適用者

(Rev.06/2026)