

訓練組運動員指引

運動員守則：

1. 三個月內出席率不少於 50%，否則將被勒令退隊；
2. 不論任何理由 (病假除外)，所有請假作缺席論；
3. 凡遲到者必須提交遲到申報，否則將計算一堂缺席；
4. 遲到 15 分鐘以內者，將計算一堂出席；
5. 遲到 1 小時內及提交遲到申報者，計算 1 堂出席，如沒有遲到申報，將計算半堂出席；
6. 遲到 1 小時以上有遲到申報，計算半堂出席，如沒有遲到申報，將不計算出席；
7. 三個月內出席率少於 50%之學員，若沒有合理解釋及請假信，將被革除代表隊隊員資格；
8. 申請自動退隊者，於該年度不能再次申請入隊(*年度計算由該年 4 月 1 日至翌年 3 月 31 日為準)；
9. 被勒令退隊者，由發信日起計兩年內不能再次申請入隊。
10. 運動員轉換身份為教練，須經過三個月「過冷河」期，方能正式完成身份轉換。

終止訓練 / 紀律處分：

作為香港隊運動員有機會代表中國香港參加世界性賽事，亦會是部分年青跆拳道愛好者之榜樣，運動員應以高於一般道德標準看待自己的言行。有任何不恰當或不誠實或不端行為，導致代表隊或協會聲譽受損，包括但不止於：

1. 不遵守團隊指示；
2. 於外發表之言論直接或間接損害團隊形象；
3. 與協會註冊會員以外之人士進行與跆拳道相關之活動；
4. 未有書面向協會申請香港地區以外以任何名義參與比賽等等；
5. 自身或以任何媒介就說出或寫出粗言穢語或發放任何不恰當的資訊；
將接受紀律處分或被勒令退隊。

良好習慣：

1. 每堂訓練前，請檢查電郵（已提交給協會的帳號）或 通訊群組內培訓隊及協會發出之最新資訊；
2. 如缺席訓練後，請向其他隊員更新在訓練期間所發佈的任何消息；
3. 所有請假表格應在訓練期間交予主委、副主委或教練。

海外訓練及/或比賽選拔之評分標準：

1. 為確保運動員安全及狀態能應付高運動量的訓練及/或比賽，非體育學院精英運動員必須於三個月內能參與實際操練 70%或以上，全職及兼職精英運動員需參與體育學院訓練時數要求的 70%實際操練，方合資格參與海外訓練及/或比賽之選拔；
2. 不論任何理由，所有請假作缺席論；
3. 凡遲到者必須提交遲到申報，否則將計算一堂缺席；
4. 遲到 15 分鐘以內者，將計算一堂出席；
5. 遲到 1 小時內及提交遲到申報者，計算 1 堂出席，如沒有遲到申報，將計算半堂出席；
6. 遲到 1 小時以上有遲到申報，計算半堂出席，如沒有遲到申報，將不計算出席；
7. 以教練投票評分選出代表；
8. 運動員獲選參加海外賽事後至出發比賽前三天，必須維持出席率不少於 70%；否則其將被除去參賽資格，並須負責已支出的相關費用(例如：機票、住宿及報名費用等)；
9. 運動員獲選參加海外賽事後，應避免參加所有比賽活動項目(*協會舉辦之跆拳道比賽除外)，以免其身體遭受不必要之損傷而導致未能隨隊出賽，若違反此項規定，該運動員須負責所有已支出的相關費用(例如：機票、住宿及報名費用等)；
10. 凡被甄選參加海外賽事之運動員，須履行運動員之責任，保持所參加組別之重量，以免因過重或過輕而引致未能成功出賽，若於出發前或比賽時未能通過過磅之運動員，須負責所有已支出的相關費用(例如：機票、住宿及報名費用等)。

品勢組選拔指引：

1. 海外教練佔投票比率的 50%;
2. 本地教練佔投票比率的 50%;
3. 如出現平手的情況，則由技術委員會總監評估(例如按出席率)而作最後投票。