



2026周年晚宴
完結報告

香港體適能總會於2026年1月24日（星期六）假尖沙咀THE ONE 13樓「煌府」舉行周年晚宴。活動當晚圓滿舉行，約有二百八十名嘉賓及會員出席。席間除慶祝本會39周年誌慶外，並舉行黃平山醫生體適能教育學院開幕典禮，同時宣佈40周年慶祝活動正式展開。歡迎會員及感興趣的朋友參與本會40周年系列活動，一起推動體適能理念，共建健康香港。本會將繼續推動體適能教育及跨代社區計劃，邁向更健康共融的未來。

中國香港體適能總會邁向40週年活動
與您遊歷鯉魚門公園



會員活動

與您遊歷鯉魚門公園
2026年2月28日(六)
9:00-16:00

0900 九龍塘集合
1015 到達場地
1015-1030 活動簡介
1030-1200 講座：球壓妙點鬆筋樂、有「營」飲食法
1200-1300 自由試玩：室內射箭、地壺球等
1300-1400 中式午膳
1400-1515 自由活動/參觀營地
1515 離程
1600 九龍塘解散

\$200/位
3 CECs

*費用已包括旅遊巴士接送、中式午膳及延續教育講座
*講座內容及活動備註請見後頁

名額有限，先報先得!

BOOK NOW



www.hkpfa.org.hk | 行政部 2838 9594 | info@hkpfa.org.hk

親愛的會員，

我們誠邀HKPFA(FIT總)的會員朋友參與[40週年活動]與您遊歷鯉魚門公園，一起慶祝FIT總40週年活動及分享快樂的回憶。

活動詳情如下：

活動日期：2026年2月28日

活動時間：09:00-16:00

集合地點：九龍塘MTR附近

CECs：3分



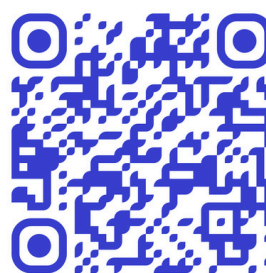
掃描QR CODE進入報名連結(請報名前登入網上帳戶)

如有任何疑問。歡迎致電2838 9594 查詢

體適能總會2026年度 相關費用調整公告

親愛的會員，

體適能總會將於2026年4月1日起調整專業培訓課程及工作坊費用，以及會員會籍費用。如有需要請盡快辦理有關服務。



有關最新費用及詳情，請掃描宣傳QR Code，或瀏覽本會網站。



2026 - 2027 年度費用調整公告

- 1. 專業培訓課程及工作坊費用調整公告
- 2. 會籍費用調整公告

相關費用調整通告請掃瞄QR CODE 或到本會網站瀏覽
本會網站:<https://www.hkpfa.org.hk/index/customIndex.aspx>



中國香港體適能總會

農曆新年期間辦事處開放時間通告

26 農曆新年期間辦事處開放安排

日期	開放時間
2026年2月16日 (年廿九)	10:00 - 12:30 (職員團年飯)
2026年2月17日 (年初一)	休息
2026年2月22日 (年初六)	休息
2026年2月23日 (年初七)	正常開放



文章連結:請掃瞄QR CODE

「非傳染病直擊」是衛生署衛生防護中心推出有關非傳染病的網上期刊。期刊旨在加強公眾對非傳染病及相關課題的認識，及意識到預防和控制非傳染病的重要性。這亦顯示衛生防護中心積極進行風險資訊溝通，和致力處理非傳染病在我們社區引起的種種健康問題。

中國香港體適能總會

健康體適能社區期刊 - 二零二五年十一至十二雙月刊

二零二五年十一至十二月雙月刊

www.hkpfa.org.hk



健康體適能社區期刊
HEALTH & FITNESS COMMUNITY PAGE

編者的話

近期小學體育科校內成績評估的優化安排，促使校園與家庭再次關注兒童如何在日常生活中建立可持續的健康習慣。面對靜態生活模式日益普遍及課時安排與評核要求同步加劇，體育課的目標與功能有必要作更清晰的界定。近年國際論述所倡議的身體素養框架，提醒我們應將評估重心由短期表現轉向支持長期參與的關鍵要素，從而鞏固學生持續投入身體活動的基礎。本期有幸邀請香港中文大學體育運動科學系團隊撰文，分別從學前與小學兩個關鍵階段，闡述上述取向在教學設計與實務推動的可行性。學前篇章指出，早期所建立的基礎動作能力是日後參與不同活動的重要根基；小學篇章則以生態動力學視角出發，動作學習是在個體與環境互動中透過探索與調整而形成，若評核過度依賴一次性結果指標，將難以捕捉學生在不同情境中的適應、決策與協作等核心表現。期望讀者藉此重新思考體育科學習成效及日常身體活動表現的呈現方式，令評估更能反映學習經驗，並回應體育教育的長遠目標。

蔡紹明博士

中國香港體適能總會 機構通訊委員會專員
健康體適能社區期刊 聯席主編
澳門大學教育學院 助理教授

專題文章



《健康體適能社區期刊》的宗旨是將時下最新的體適能資訊傳遞給廣大市民，提升健康和生生活質量。2024年，期刊將迎來革新，以雙月刊形式每兩個月出版一次。每期將深入淺出地介紹不同的社會熱門主題，包括相關的運動學術研究以及本地不同機構的社區體適能推廣工作。期刊願景是實現「理論與實踐」並重的目標，將科學化且以實證為基礎的體適能知識帶到社區的每個角落。



掃瞄QR CODE 閱讀文章

編輯委員會:

聯席主編: 蔡紹明博士、潘梓竣博士

成員: 陳嘉威博士、黃雅君教授、焦姣 博士、林伏波博士、陸子聰博士、吳兆權博士、孫風華博士、蕭明輝教授、譚子敬博士、茹柏鴻博士、鄭晨 博士

顧問: 周碧珠教授、黎培榮先生 MH、李本利先生、魏開義先生、王香生教授