



2025-26五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 簡介會

中國香港棒球總會

2025年10月2日 晚上7時30分 ZOOM

議程

- 介紹中國香港棒球總會五人制棒球委員會
- 青苗體育培訓計劃背景
- 五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 宗旨
- 五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 內容
- 五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 團體協辦要求及流程
- 五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 參加者報名流程
- 康文署就教練良好行為及個人操守制定的守則
- **2025-26**年度五人制棒球比賽下半年時間表
- 推薦球員參加區隊及備戰選拔
- 學校體育推廣計劃



中國香港棒球總會五人制棒球委員會



羅浩延先生

五人制棒球發展總監

召集人



梁偉鴻先生

副主席

當然委員



吳光遠先生

副主席

當然委員



黃啟舜先生

秘書長

當然委員

3rd Baseball5
Asia Cup 本地籌委會
主席



B5區隊教練團

小組成員



青苗體育培訓計劃背景簡介

青苗體育培訓計劃由各相關體育總會主辦、康樂及文化事務署資助。

目標

計劃旨在透過系統化及循序漸進的訓練發掘具潛質的運動員，以作進一步培訓。表現優異的學員有機會入選代表隊及參加國際賽事。

對象

具備指定體育項目基本技術的青少年

計劃內容

以公開方式甄選學員，為其提供循序漸進式訓練，並安排參加區際比賽、訓練營、推廣活動等多項活動。



五人制棒球

青年軍(青苗)培訓計劃宗旨





五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃宗旨

- 中國香港棒球總會(棒總)積極配合國際棒壘球總會(WBSC)推行新興運動項目 - 五人制棒球。
- 「五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃」(五人制棒球青苗計劃)旨在推廣五人制棒球普及化，致力培育年青球員成為未來香港五人棒球代表隊，代表香港出外參加國際賽事，為港爭光。青苗培訓計劃分預備組 (7-12歲)、青年組 (13-18歲) 及公開組 (18-35歲)。計劃分兩階段進行，包括潛質評估及技術課；第二階段比賽，從中獲得實戰經驗令球員迅速成長。
- 在培訓計劃中表現優異的運動員有機會獲**推薦參加五人制棒球區隊訓練或國際賽事備戰訓練**；當中包括本地大型賽事香港High Five 五人制棒球錦標賽、五人制棒球亞洲盃（公開組及青年組）、五人制棒球世界盃（公開組及青年組）、青年奧林匹克運動會 - 五人棒球比賽等等。

2025-26五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃內容



- **第一階段：潛質評估及技術課, 共24小時**

- 五人制棒球青苗計劃課程由棒總合資格Baseball5教練教授
- 每位參加者免費獲贈五人制棒球青苗計劃訓練服乙件 (只限會參加第二階段的隊伍)
- 參加者出席率達70%可獲發五人制棒球青苗計劃修業證書乙張



- **第二階段：比賽 - 香港青苗五人制棒球比賽**

- 擬於2026年3月本會舉辦第三屆Baseball5 Asia Cup期間作為社區活動之一舉行
- 參加者曾於2025年10月至2026年3月參加第一階段訓練。如尚有餘額，歡迎其他曾參與本會認可的訓練課程或計劃的小學學生參加。

2025-26年度五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃 特備活動



大灣區體育推廣先導計劃

2025年大灣區香港五人制棒球青年軍訓練營

暫定日期：2026年1月或2月 (為期4日3夜)

活動內容：五人棒球訓練、體適能訓練、有獎練習賽

附加付費活動：全國棒球運動水平等級評定(由中國棒球協會指定評定中心進行)

參加資格：曾加棒總「五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃」或「五人制棒球區隊訓練」之參加者優先考慮。

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦報名要求



1. 關於團體協辦報名之規定：
 - 協辦團體必須為本地公司註冊或社團註冊團體。
 - 團體報名：協辦團體不得以整個學校為單位進行報名。
 - 招生方式：雖允許使用學校設施開班，但所有球員招募必須對外公開。
 - 學員身分：學員一律以個人名義報名參與。
 - 學校比例：就「青苗計劃」而言，班別內來自同一學校的學員比例不受限制。
2. 場地、日期、時間由協辦單位安排；
3. 每一個組別，協辦單位可優先申請一班；
4. 若協辦單位申請後仍有剩餘名額，棒總將以抽籤方式決定名額分配；
5. 由協辦單位公開招募運動員，每班不少於15 名運動員，每名運動員需繳交報名費100 元；
6. 由協辦單位組織球隊參加由棒總舉辦的「香港青苗五人制棒球比賽」，參賽費每隊300 元；比賽暫定於2026 年3 月舉行

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦報名流程



登入棒總「網上登記系統」進行登記：(已註冊本年度屬會則無須申請團體會籍)

<https://www.hkbaseball.org/login.php>

團體會籍申請

如欲申請團體會籍，
可按 "團體會籍申請" 建立帳戶進行申請手續。

團體會籍申請

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦報名流程

登入棒總「網上登記系統」進行登記：

<https://www.hkbbaseball.org/login.php>



**中國香港棒球總會**
THE BASEBALL ASSOCIATION OF HONG KONG, CHINA

團體會籍申請

用戶資料

中文姓名*	姓氏
(如未能提供中文姓名, 請填寫英文姓名。)	
	名字
英文姓名*	姓氏
	名字
性別*	☒ 男 ☐ 女
出生年份*	
主要電郵地址*	
聯絡電話*	
(可以接收短訊的號碼)	

團體資料

肖像使用授權

本人明白參與由中國香港棒球總會(棒總)舉辦之活動期間, 下列簽署人有可能被拍攝及錄像, 本人同意棒總使用本人/啟子弟之相片或錄像於推廣或傳宣棒總活動之刊物內及棒總網頁或社群網路平台上。

☐ 我同意以上說明/條款。

個人責任聲明

本人謹代表本證明書上所列之所有人等, 同意作出以下有關個人責任之聲明。本人/吾等假若在中國香港棒球總會舉辦或安排之任何活動中不幸導致個人或他人身體損傷或死亡、或任何財物損失, 或任何器材損毀、損壞、損失, 一概不會向中國香港棒球總會, 或與中國香港棒球總會合辦之機構, 或中國香港棒球總會及有關合辦機構之執行委員、工作人員、職員及會員等作出任何形式之追究行動, 謹此聲明。

☐ 我同意以上說明/條款。

 成功!



提交

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦報名流程

<https://www.hkbaseball.org/html/tc/training-course/五人制及六人制棒球推廣計劃.html>



[首頁](#) > [訓練課程](#) > [五人及六人棒球推廣](#)

[地區推廣](#) | [五人及六人棒球推廣](#) | [學校推廣](#) | [專項訓練](#) | [精英培訓](#) | [初學者常見問題](#) | [技術員訓練](#)

五人制及六人制棒球推廣計劃

五人制棒球 (Baseball 5) 是由世界棒壘球總會改良並推行的一種新興棒球項目。比賽不需使用手套和球棒，場上亦不設投手，擊球員只需徒手把空心軟橡膠球擊出便可。五人棒球比賽以五對五形式進行。

中國香港棒球總會開拓了**六人制棒球 (Baseball Six)**。創新的Baseball Six，以簡易安全的棒球器材，在面積較少的場地（由鑽石形變為三角形），以Coach Pitch或Rolling Tee的簡易玩法，較少的人數（由傳統九人變為六人）。

兩項創新玩法令比賽過程來得緊湊，讓不同年齡層的參加者享受棒球比賽的樂趣，欣賞棒球。

- ▶ 課堂器材由本會安排
- ▶ [預防 2019 冠狀病毒進行棒球活動的指引](#)

上載/更新於 年/月/日	訓練課程	資料及表格下載	報名起始日及備註	截止報名日期
2025/09/02	2025-26 五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃	章程 誠邀協辦團體	協辦單位 表格下載 個人報名 (將於協辦單位確認報名後開放)	額滿即止

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦報名流程

<https://www.hkbaseball.org/html/tc/training-course/五人制及六人制棒球推廣計劃.html>



青苗訓練 - 團體註冊

項目名稱 [TESTING] Young Athletes Program 01 - Organizer Registration

費用 HK\$0.0

- 1.「青苗體育培訓計劃」由香港體育總會主辦、康樂及文化事務署資助，旨在透過系統化及循序漸進的訓練發展具潛質的運動員，以作進一步培訓。計劃分兩階段進行，包括第一階段選拔評估及技術課共24小時；第二階段比賽。邀請本地層會或非牟利團體合辦。
- 2.申請合辦的團體可推薦教練註冊五人制棒球教練予備總考獲任其申請的課程，獲備總委任的教練，必須按備總編定的甄選方式及訓練內容進行訓練。活動完畢後，備總將培訓計劃成效報告。
- 3.「青苗體育培訓計劃」訓練課程必須開放予公眾人士報名，不可以單一學校為申請團體，每班名額30人；15人或以下派一位教練，16人或以上加派一位助教。
- 4.表現優異的學員有機會入選代表隊及參加國際賽事，還有備總就個別賽事公開招募球員選拔時，合辦團體應推薦球員參加選拔。
- 5.申請團體必須參加第二階段比賽（每班最少一隊）；第二階段比賽的球員必須為第一階段的學員，被委任的教練責任包括義務帶領球隊參加比賽。

- 每節課填寫上課日期及時間（如有需要可分開上課），如不清楚請聯絡本會職員。
- 每節課最少 1 小時，總共 24 小時。
- 上課日期由 2025-11-01 至 2025-11-30。
- 團體提交申請後，由備總審批申請；申請結果將另函通知。
- 必須備位。

團體名稱 *

推薦教練名單(主教練)

推薦教練名單(助教)

第 1 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
第 2 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點

複製以上上課地點

第 19 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			
第 20 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			
第 21 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			
第 22 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			
第 23 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			
第 24 節課 上課日期	開始時間	結束時間	上課地點
複製以上上課地點			

申請

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃參加者報名流程 (將於協辦單位確認報名後開放)



- 為審查同一年度報名參加青年軍(青苗)五人制棒球比賽資格；個人參加者需透過棒總「網上登記系統」報名
- 登入棒總「網上登記系統」選取欲參加的班別及網上付款：
<https://www.hkbaseball.org/login.php>
- 每人限報一班

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃學員報名流程 (將於協辦單位確認報名後開放)

登入棒總「網上登記系統」進行登記及網上付款：
<https://www.hkbaseball.org/login.php>



用戶登記

如欲報名之課程資格沒有註明需為中國香港棒球總會會員，
可按“用戶登記”建立帳戶進行報名手續。

用戶登記

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃學員報名流程 (將於協辦單位確認報名後開放)



<https://www.hkbaseball.org/html/tc/training-course/五人制及六人制棒球推廣計劃.html>

**中國香港棒球總會**
THE HONG KONG BASEBALL ASSOCIATION

聯賽球員註冊

項目名稱
全部

提交

項目	費用
2025-26年香港五人制棒球賽 - 社區組 (U12組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 社區組 (U15組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 社區組 (公開組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 學校組 (小學組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 學校組 (中學女子組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 學校組 (初中混合組) - 球員註冊費	HK\$0.0
2025-26年香港五人制棒球賽 - 學校組 (高中混合組) - 球員註冊費	HK\$0.0
25/26 男子甲組球員	HK\$100.0
25/26 男子乙組球員	HK\$100.0
25/26 男子丙一組球員	HK\$100.0
25/26 男子丙二組球員	HK\$100.0
25/26 女子組球員	HK\$100.0
25/26 混合組球員	HK\$100.0

樣本

青苗體育培訓計劃 - 學員報名

上課開始日期	2025-11-01	截止報名	2038-01-01
年齡	--	上課時間	2025-11-02
開班人數	15	性別	任何
學生人數	9999	已繳納報名人數	0
地點	--	報名進行中	0
場地電話	--	場地地址	
上課所有日期	01-11-2025	02-11-2025	

項目名稱 青苗計劃 - ABC (2025-11-01 - 2025-11-30)

申請人出生日期須介乎 1961-01-01 及 2011-12-31

費用 HK\$1,200.0

青苗體育培訓計劃 - 注意事項

訓練衫尺碼
☐ XL
☐ L
☐ M
☐ S
☐ XS

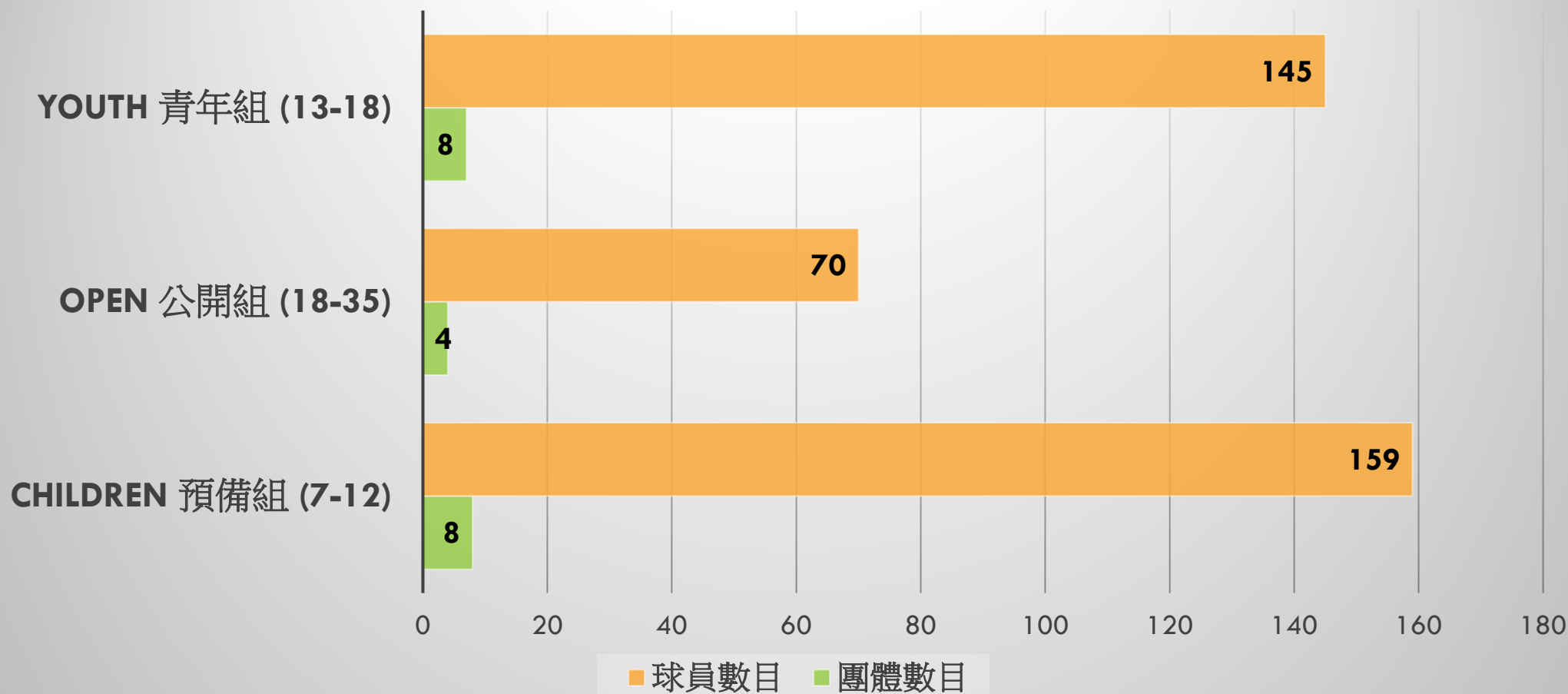
申請

樣本

2024-25年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃參與數字 (續)



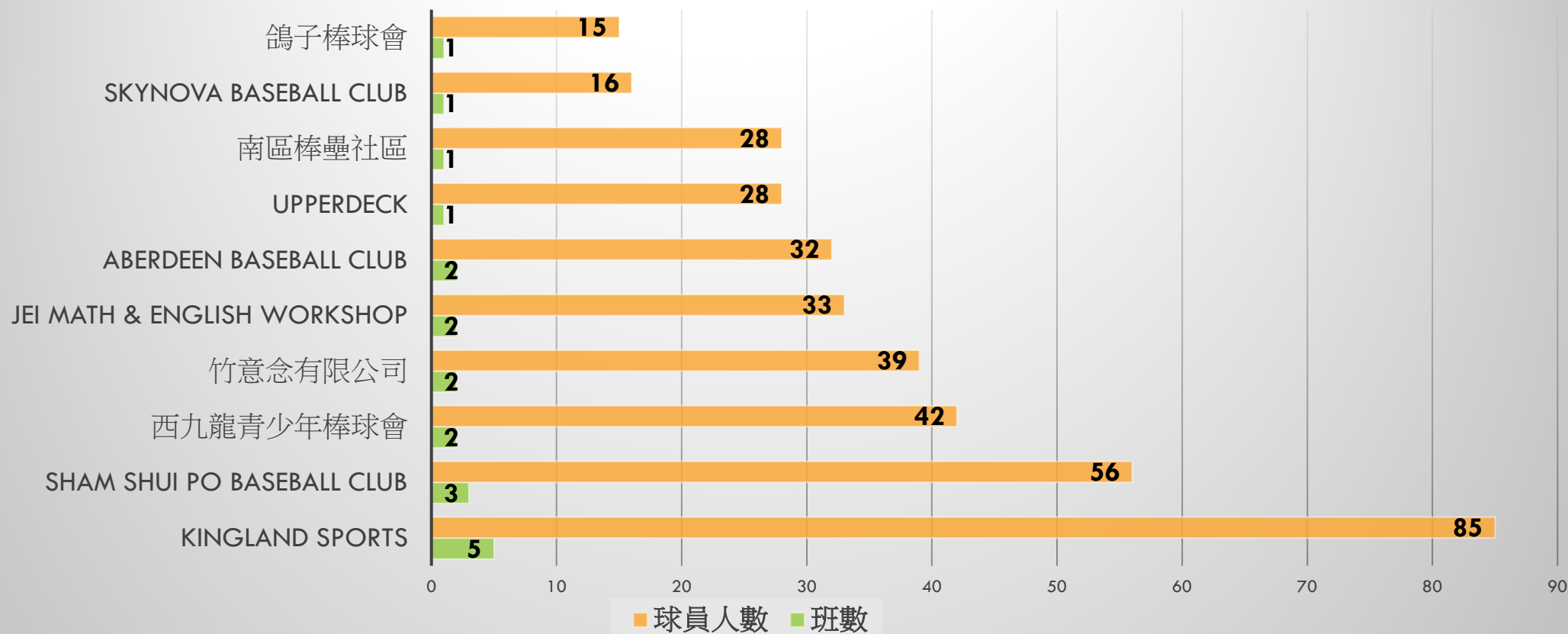
2024-25年度青苗參與數字



2024-25年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃參與數字 (續)



2024-25年度青苗參與數字



2024-25年度五人制棒球青年軍(青苗)培訓計劃

「BASEBALL5 最佳推廣團體」



Baseball5 最佳推廣團體金獎 (26人以上)

- **Kingland Sports**
- **Sham Shui Po Baseball Club**
- 西九龍青少年棒球會
- 竹意念有限公司
- **JEI MATH & English Workshop**
- **Aberdeen Baseball Club**
- **Upperdeck**
- 南區棒壘社區

Baseball5 最佳推廣團體銅獎 (15-20人)

- **Skynova Baseball Club**
- 鴿子棒球會

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦



棒總將提供：

1. 註冊**Baseball5** 教練最多兩名；主教練津貼\$351/小時；滿**16**名球員可獲派助教一名津貼\$177 /小時；
2. 訓練用球，按報名人數分配；
3. 運動員可獲贈訓練服(兼比賽服)乙件；
4. 運動員出席滿**70%**可獲發出席證書；
5. 活動進行期間的公眾責任保險及團體意外保險；

2025-26年度五人制棒球 青年軍(青苗)培訓計劃團體協辦(續)



協辦單位成功招募運動員可獲發「Baseball5 最佳推廣團體」證書及以下獎勵：

運動員人數 (單一組別每班計)	獎項	獎勵
15-20 人	Baseball5 最佳推廣團體銅獎	1. WBSC Baseball5 用球六個; 2. 推薦 <u>一名</u> 年滿 18 歲成員以 <u>優惠價</u> 參加棒總舉辦的 Baseball5 訓練員證書課程
21-25 人	Baseball5 最佳推廣團體銀獎	1. WBSC Baseball5 用球九個; 2. 推薦 <u>兩名</u> 年滿 18 歲成員以 <u>優惠價</u> 參加棒總舉辦的 Baseball5 訓練員證書課程
26 人以上	Baseball5 最佳推廣團體金獎	1. WBSC Baseball5 用球十二個; 2. 推薦 <u>兩名</u> 年滿 18 歲成員 <u>免費</u> 參加本棒總辦的 Baseball5 訓練員證書課程

康文署就教練良好行為及個人操守制定以下守則供教練參閱， 包括但不限於：

☑ 應該

- 須與康文署職員例如活動負責人及場地職員保持緊密溝通，合作無間
- 如遇活動當日出現突發事故而未能出席活動，需要盡快通知本署，以便本署作出適當安排
- 遵守場地/設施使用守則
- 注意參加者的行為及安全並不時提醒他們遵守場地使用條件及活動安全守則
- 避免可能構成歧視或性騷擾的行為

康文署就教練良好行為及個人操守制定以下守則供教練參閱， 包括但不限於：(續)

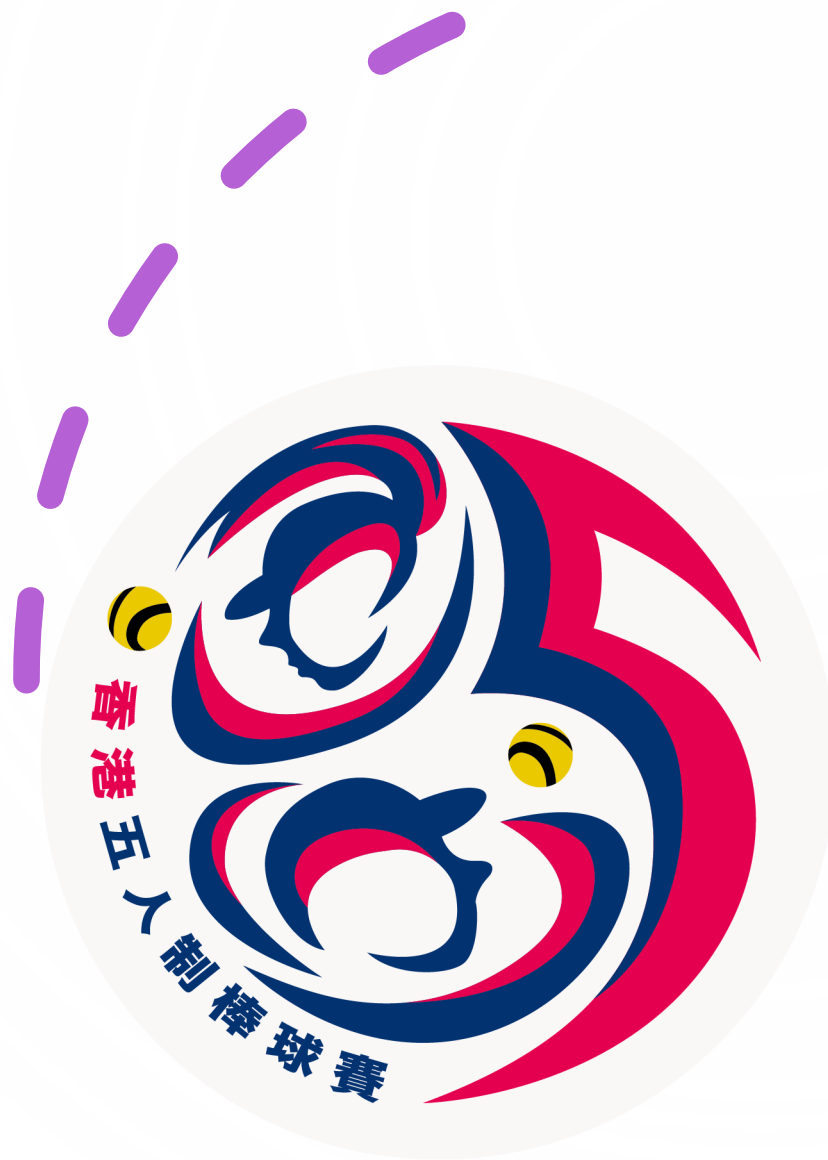
✘ 不應該

- 與工作伙伴例如教練、裁判及場地職員爭吵
- 不服從康文署/總會的指示和安排等
- 對體育認識不足或體育知識已過時
- 未有總會或場地員工報告活動期間發生的意外
- 搞小圈子
- 遞交資料錯誤的出席紀錄
- 推銷及宣傳個人業務及器材
- 於課堂上推廣個人活動或慫恿參加者參加私人教授活動
- 在未經總會的預先批准下，自行安排其他人士包括已在或未在總會登記的教練替課

康文署就教練良好行為及個人操守制定以下守則供教練參閱， 包括但不限於：(續)

✘ 不應該

- 向參加者暗示送禮以慶祝特別日子
- 在未經參加者及總會同意下，公開參加者的個人資料
- 對參加者作出年齡歧視
- 容許並非參加者的人士上課
- 偏袒經常報名的參加者或給予好處
- 於同一時間在不同分區任教兩個或以上的課程
- 慫恿參加者作出投訴
- 在課堂上對參加者、市民及場地/總會職員動武、呼喝、說粗言穢語或做出有傷風化行為等



2025-26年度五人制棒球比賽下半年時間表



29/11/2025

香港五人制棒球賽

U12組

U15組

公開組



20/12/2025 及

27/12/2025

香港五人制棒球賽

小學組

中學女子組

初中混合組

高中混合組



27-31/03/2026

香港青苗五人制棒球比賽

預備組 (7-12歲)

青年組 (13-18歲)

公開組 (18-35歲)

推薦球員參加區隊及備戰選拔



承「青苗體育培訓計劃」目標，參與此計劃的團體有義務推薦表現優異的學員參加選拔，參加區隊常規訓練及國際大型賽事代表隊備戰。賽事包括但不限於：

- ◆ Baseball5 Asia Cup (兩年一屆)
- ◆ Youth Baseball5 Asia Cup (兩年一屆)
- ◆ 香港High Five 五人制棒球錦標賽

BASEBALL5香港代表隊客席教練

PEREZ ECHEVARRIA Sergio Arturo

- Head Coach for Cuba's gold-medal team at the WBSC Youth Baseball5 World Cup 2025
- Coach for Cuba's championship team at the WBSC Youth Baseball5 World Cup 2023
- 預計2025年10月再度來港帶領香港隊備戰2026年3月27-31日在港舉行的3rd Baseball5 Asia Cup及 WBSC Baseball5 World Cup 2026



中國香港棒球總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦 2025-26年度學校體育推廣計劃 - 五人制棒球

活動類別	活動對象	活動時數	費用
運動示範	小學及中學生	每節2小時	每節 760元
簡易運動計劃	小學生	每個課程5堂 每堂2小時（共10小時）	每個課程 2,350元
外展教練計劃 - 非校隊訓練	小學及中學生	每個課程8堂 每堂2小時（共16小時）	每個課程 3,400元
外展教練計劃 - 校隊訓練	小學及中學生	每個課程8堂 每堂2小時（共16小時）	每個課程 3,780元
簡易運動大賽 — 棒球比賽 (五人制棒球) - 曾於2024年9月1日至2025年12月31日參與簡易棒球訓練課程的小學。 - 如尚有餘額，歡迎其他曾參與棒總認可的訓練課程或計劃的小學學生參加。	小學 每名參加者只可代表一隊參賽，比賽期間須仍在該隊代表的學校就讀	<u>07/02/2026</u> 比賽採用小組單循環制，一切視乎實際報名隊數而定	每隊320元

摘要

- ↻ 讓大家攜手擴大五人制棒球 Baseball5 參加人口
- ↻ 構建持續參與路徑：確保參與者“來了之後能留下”。從體驗 → 培訓 → 社區球隊 → 本地聯賽 → 區隊精英培訓 → 代表隊的完整路徑
- ↻ 打造本地賽事品牌



感謝您



中國香港棒球總會
THE BASEBALL ASSOCIATION OF HONG KONG, CHINA

電郵 office@hkbaseball.org

網址 <https://www.hkbaseball.org>

BASEBALL5 專屬FACEBOOK帳號



BASEBALL5 專屬INSTAGRAM帳號

