



香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組 – 體能

單車章

- 一、 向評核員詳述如何檢查單車的性能及單車的保養。
- 二、 閱讀一幅道路圖，並依著評核員在地圖上指示的路線，踏單車完成約二千米的路程。
- 三、 示範在路邊上車或落車。
- 四、 示範把滑脫的鏈子裝好。
- 五、 詳述騎單車者應遵守之道路安全守則。
- 六、 說出晚上行車時，騎車者及單車上應有的裝備。

香港青年獎勵計劃

- 考獲此章可獲簽核香港青年獎勵計劃銅章級康樂體育科。
- 以「單車」主題完成香港青年獎勵計劃銅章級或以上康樂體育科，可獲簽發此章。