



海天體育會游泳部
HOI TIN ATHLETIC ASSOCIATION
志佩游泳會有限公司
CHI PUI SWIMMING CLUB LIMITED

2018年7月(香港區)泳隊訓練時間表

| 組別 | 所屬教練 | 訓練日期 | 星期 | 時間 | 地點 |
|-----|-----------------|---------------------------|--------------------|-------------|--------------------|
| B組 | 古汝發教練 | 1/7 至 15/7 (2/7停) | 逢星期一、二、四、五 | 17:00-19:00 | 摩理臣山游泳池 |
| | | 16/7 至 31/7 | 逢星期一、二、四、五 | 16:00-18:00 | |
| | | | 逢星期三 | 17:00-19:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 | 逢星期六 | 16:00-18:00 | 港灣道訓練池 |
| V組 | 鄭配全教練 | 1/7 至 15/7 | 逢星期二、四 | 19:00-20:30 | 摩理臣山游泳池 |
| | | 16/7 至 31/7 | | 18:00-20:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 (15/7停) | 逢星期六 | 11:00-13:00 | 港灣道訓練池 |
| | 逢星期日 | 17:00-19:00 | | | |
| V1組 | 鄭配全教練 | 1/7 至 15/7 | 逢星期三 | 17:00-19:00 | 摩理臣山游泳池 |
| | | 16/7 至 31/7 | | | 港灣道訓練池 |
| | | 1/7 至 15/7 | 逢星期五 | 17:00-18:00 | 摩理臣山游泳池 |
| | | 16/7 至 31/7 | | 17:00-19:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 (2/7、15/7停) | 逢星期一 | 17:00-19:00 | 港灣道訓練池 |
| | 逢星期日 | | | | |
| B3組 | 蔡凱源教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一、二、三、四 逢星期五 | 17:00-19:00 | 中山公園游泳池 堅尼地城游泳池 |
| B4組 | 蔡凱源教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一、二、四 | 19:00-21:00 | 中山公園游泳池 |
| | | | 逢星期六 | 14:00-16:00 | 堅尼地城游泳池 |
| Y組 | 陳燕燕教練/ 溫樹俊教練 | 1/7 至 15/7 | 逢星期一、二、三 | 17:00-19:00 | 港灣道訓練池 |
| | | 16/7 至 31/7 | 逢星期一、二、三 | 15:00-17:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 | 逢星期五 | 17:00-19:00 | |
| | | | 逢星期六 | 15:00-17:00 | |
| E1組 | 溫樹俊教練 | 1/7 至 15/7 | 逢星期一 | 16:00-17:30 | 港灣道訓練池 |
| | | 16/7 至 31/7 | | 15:00-17:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 (4/7停) | 逢星期四、五 | 16:00-17:30 | |
| | | 逢星期三、六 | 15:00-17:00 | | |
| E2組 | 溫樹俊教練 | 1/7 至 31/7 (4/7停) | 逢星期一、六 | 17:00-19:00 | 港灣道訓練池 |
| | | | 逢星期四 | 17:30-19:00 | |

注意事項:

- 各泳員必須準時到達泳池門口集合，逾時自費入場；另外於聖保祿學校泳池訓練泳員，請於中學部門口外集合。
- 各泳員未經本會總教練同意下，不得擅自調組或更改訓練時間。
- 3a) 所有室外游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、紅色或黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 3b) 所有室內游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 游泳訓練的連貫性十分重要，為了達到合理的成效，學員必須依時出席訓練。
- 如需暫停訓練或退會，請務必 **提前一個月以書面通知** 本會辦事處。
- 參加了比賽之泳員必須準時出席，比賽前未有通知教練而無故缺席者，

本會會發出書面警告，泳員必須繳付 雙倍 罰款，每項缺席項目罰款為 \$60。

本會聯絡電話，辦公時間請致電 2572-1428，或於非辦公時間致電 6477-4784 (吳旭光主任)

本會辦事處地址：香港灣仔灣仔道83號27樓全層

泳員可到本會網址：<http://www.hoitin.net> 得悉最新消息 電郵地址：info@hoitin.net



海天體育會游泳部
HOI TIN ATHLETIC ASSOCIATION
志佩游泳會有限公司
CHI PUI SWIMMING CLUB LIMITED

2018年7月(香港區)泳隊訓練時間表

| 組別 | 所屬教練 | 訓練日期 | 星期 | 時間 | 地點 |
|---|---------------|---------------------------|--------------|-------------|------------|
| A1組 | 胡劍豪教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一、二、三、四、五 | 17:00-19:00 | 維多利亞公園游泳池 |
| | | | 逢星期日 | 12:30-14:15 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| W組 | 胡劍豪教練 | 1/7 至 16/7 17/7 至 31/7 | 逢星期二、三、四、五 | 16:00-18:00 | 維多利亞公園游泳池 |
| | | | | 15:00-17:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一 | 17:00-19:00 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| | | | 逢星期日 | 12:30-14:15 | |
| W2組 | 胡劍豪教練 | 1/7 至 16/7 17/7 至 31/7 | 逢星期二、三、四、五 | 16:00-18:00 | 維多利亞公園游泳池 |
| | | | | 15:00-17:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 | 逢星期日 | 12:30-14:15 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| A1、W 及 W2組 泳員請留意：因泳總D1長池分齡游泳比賽，故15/7、29/7(日)之訓練將會取消 | | | | | |
| V13組 | 胡劍豪教練 / 蔣曜聰教練 | 1/7 至 31/7 (2/7、29/7停) | 逢星期一、三 | 19:00-21:00 | 維多利亞公園游泳池 |
| | | | 逢星期四 | 18:00-20:00 | |
| | | | 逢星期日 | 12:00-14:00 | |
| V46組 | 胡劍豪教練 / 蔣曜聰教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二 | 18:00-20:00 | 維多利亞公園游泳池 |
| | | | 逢星期四 | 18:00-20:00 | |
| | | | 逢星期六 | 09:00-11:00 | |
| | | | 逢星期日 | 12:00-14:00 | |
| SP3組 | 張家銓教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二、三 | 18:30-20:30 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| | | | 逢星期四 | 19:00-21:00 | |
| | | | * 逢星期六、日 | 17:00-19:00 | |
| SP3(M)組 | 張家銓教練 | 5/7、9/7、12/7 | 逢星期一、四 | 08:00-10:00 | 港灣道訓練池 |
| | | 2/7 | 逢星期一 | 09:00-11:00 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| | | 13/7 至 31/7 | 逢星期二、三 | 18:30-20:30 | |
| | | | 逢星期四 | 19:00-21:00 | |
| | | 1/7 至 31/7 | * 逢星期六、日 | 17:00-19:00 | 港灣道訓練池 |
| * 15/7(日) · SP3+SP3(M)組的訓練地點將更改為聖保祿學校室內游泳池，時間更改為16:30-18:30，敬請注意 | | | | | |
| SP4組 | 張家銓教練 | 2/7 | 星期一 | 11:00-13:00 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| | | 1/7 至 31/7 | 逢星期二 | 19:00-21:00 | |
| | | | 逢星期四 | | |
| | | | 逢星期六 | 15:00-17:00 | 港灣道訓練池 |
| | | | 逢星期日 | 14:15-16:15 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| SP5組 | 沈艾倫教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二、四 | 17:00-18:30 | 聖保祿學校室內游泳池 |
| | | | 逢星期六 | 19:00-20:30 | |

注意事項:

- 各泳員必須準時到達泳池門口集合，逾時自費入場；另外於聖保祿學校泳池訓練泳員，請於中學部門口外集合。
- 各泳員未經本會總教練同意下，不得擅自調組或更改訓練時間。
- 3a) 所有室外游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、紅色或黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 3b) 所有室內游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 游泳訓練的連貫性十分重要，為了達到合理的成效，學員必須依時出席訓練。
- 如需暫停訓練或退會，請務必 **提前一個月以書面通知** 本會辦事處。
- 參加了比賽之泳員必須準時出席，比賽前未有通知教練而無故缺席者，本會會發出書面警告，泳員必須繳付 雙倍 罰款，每項缺席項目罰款為 \$60。

本會聯絡電話，辦公時間請致電 2572-1428，或於非辦公時間致電 6477-4784 (吳旭光主任)

本會辦事處地址：香港灣仔灣仔道83號27樓全層

泳員可到本會網址：<http://www.hoitin.net> 得悉最新消息 電郵地址：info@hoitin.net



海天體育會游泳部
HOI TIN ATHLETIC ASSOCIATION
志佩游泳會有限公司
CHI PUI SWIMMING CLUB LIMITED
2018年7月(九龍區)泳隊訓練時間表

| 組別 | 所屬教練 | 訓練日期 | 星期 | 時間 | 地點 |
|--|----------------------------|----------------------|-----------------------|--------------------|---------------|
| C組 | 年云教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一至五 | 17:00-19:00 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | | 逢星期六 | 08:00-09:45 | |
| C2組 | 年云教練/ 袁淑慧教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一、二、四 | 16:00-18:00 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | | 逢星期日 | 14:00-16:00 | |
| C3組 | 譚梓榮教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一、三、四 | 18:00-20:00 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | | 逢星期六 | 14:00-16:00 | |
| L組 | 年云教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二 | 18:30-20:00 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | | 逢星期五 | 18:30-20:00 | |
| | | | 逢星期六 | 08:00-10:00 | |
| TW(A)+(B)組 | 顏瓔教練 | 1/7 至 31/7 | * 逢星期一、二、三、四、五 | 17:00-19:00 | 大環山游泳池 |
| | | | 逢星期日 | 19:00-21:00 | 博藝會室內游泳池 |
| * 2/7 (一) 公眾假期，TW(A)(B)組的訓練時間和地點更新改 16:00-17:00 和黃公園單槓處、17:00-18:00大環山游泳池，敬請注意 | | | | | |
| TW(C)組 | 彭蘊瑤教練 / 顏瓔教練 | 1/7 至 31/7 | * 逢星期二、三、五 | 16:00-18:00 | 大環山游泳池 |
| | | | 逢星期日 | 19:00-21:00 | 博藝會室內游泳池 |
| * 4/7(三)、6/7(五) · TW(C)組的訓練時間更改為16:00-17:00(體能-大環山看台)、17:00-18:00(水上)、地點不變，敬請注意 | | | | | |
| TW(D)組 | 彭蘊瑤教練 / 歐陽永佳教練/ 顏瓔教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | * 逢星期一 | 16:00-18:00 | 大環山游泳池 |
| | | | 逢星期三 (水上訓練) | 17:00-18:00 | 博藝會室內游泳池 |
| | | | 逢星期三 (體能訓練) | 18:00-19:00 | |
| | | | 逢星期四 | 16:00-18:00 | |
| | | | 逢星期日 | 17:00-19:00 | |
| TW(E)組 | 顏瓔教練 / 陳冠軒教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一 (體能訓練) | 19:30-20:30 | 博藝會室內游泳池 |
| | | | 逢星期三、五 (水上訓練) | 20:30-21:30 | |

注意事項:

- 1) 各泳員必須準時到達泳池門口集合，逾時自費入場；另外於聖保祿學校泳池訓練泳員，請於中學部門口外集合。
- 2) 各泳員未經本會總教練同意下，不得擅自調組或更改訓練時間。
- 3a) 所有室外游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、紅色或黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 3b) 所有室內游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 4) 游泳訓練的連貫性十分重要，為了達到合理的成效，學員必須依時出席訓練。
- 5) 如需暫停訓練或退會，請務必 **提前一個月以書面通知** 本會辦事處。
- 6) 參加了比賽之泳員必須準時出席，比賽前未有通知教練而無故缺席者，本會會發出書面警告，泳員必須繳付 雙倍 罰款，每項缺席項目罰款為 \$60。

本會聯絡電話：辦公時間請致電 2572-1428，或於非辦公時間致電 6477-4784 (吳旭光主任)

本會辦事處地址：香港灣仔灣仔道83號27樓全層

泳員可到本會網址：<http://www.hoitin.net> 得悉最新消息 電郵地址：info@hoitin.net



海天體育會游泳部
HOI TIN ATHLETIC ASSOCIATION
志佩游泳會有限公司
CHI PUI SWIMMING CLUB LIMITED
2018年7月(九龍區)泳隊訓練時間表

| 組別 | 所屬教練 | 訓練日期 | 星期 | 時間 | 地點 |
|------|-------|-----------------------------|-------------------|--------------------|------------------------|
| SI組 | 張嬋鶯教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一、二、三、四、五 | 17:00-19:00 | 沙田體育學院 (沙田源禾路25號) |
| SIA組 | 陳俊熹教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二 (體能訓練) | 17:00-18:00 | 顯徑體育館 |
| | | | 逢星期二 (水上訓練) | 18:00-19:00 | 顯田游泳池 |
| | | | 逢星期一、三、四 | 17:00-19:00 | 沙田學院 (沙田穗禾路麗禾里3號) |
| | | | 逢星期五 | 17:00-19:00 | 顯田游泳池 |
| | | | 逢星期六 | 10:00-12:00 | 沙田學院 (沙田穗禾路麗禾里3號) |
| SIB組 | 陳俊熹教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期二 (體能訓練) | 17:00-18:00 | 顯徑體育館 |
| | | | 逢星期二 (水上訓練) | 18:00-19:00 | 顯田游泳池 |
| | | | 逢星期一、四 | 17:00-19:00 | 沙田學院 (沙田穗禾路麗禾里3號) |
| SIC組 | 陳俊熹教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期五 | 17:00-19:00 | 顯田游泳池 |
| | | | 逢星期三 | | 沙田學院 (沙田穗禾路麗禾里3號) |
| TKO組 | 潘偉納教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一、二、四、五 | 18:00-20:00 | 將軍澳游泳池 |
| | | | 逢星期六 | | |
| LT組 | 黃晉泓教練 | 1/7 至 31/7 (2/7停) | 逢星期一、二、四、五 | 17:00-19:00 | 觀塘游泳池 |
| HY組 | 孟一澤教練 | 1/7 至 31/7 | 逢星期一 | 17:00-19:00 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | | 逢星期二、四、五 | | 英皇佐治五世學校 (何文田天光道2號) |
| | | | 逢星期六 (體能訓練) | 08:00-09:30 | 九龍灣運動場 |
| | | | 逢星期日 | 07:30-09:30 | 喇沙書院室外游泳池 |
| | | 16/7 至 29/7 | 逢星期一、二、四、五 | 08:00-10:00 | |

注意事項:

- 1) 各泳員必須準時到達泳池門口集合，逾時自費入場；另外於聖保祿學校泳池訓練泳員，請於中學部門口外集合。
- 2) 各泳員未經本會總教練同意下，不得擅自調組或更改訓練時間。
- 3a) 所有室外游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、紅色或黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 3b) 所有室內游泳池：天文台若於訓練前兩小時內懸掛八號或以上颱風訊號、黑色暴雨警告訊號，當天訓練將會取消。
- 4) 游泳訓練的連貫性十分重要，為了達到合理的成效，學員必須依時出席訓練。
- 5) 如需暫停訓練或退會，請務必 **提前一個月以書面通知** 本會辦事處。
- 6) 參加了比賽之泳員必須準時出席，比賽前未有通知教練而無故缺席者，本會會發出書面警告，泳員必須繳付 雙倍 罰款，每項缺席項目罰款為 \$60。

本會聯絡電話：辦公時間請致電 2572-1428，或於非辦公時間致電 6477-4784 (吳旭光主任)

本會辦事處地址：香港灣仔灣仔道83號27樓全層

泳員可到本會網址：<http://www.hoitin.net> 得悉最新消息 電郵地址：info@hoitin.net