



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

2013年12月(香港區)泳隊訓練時間表

港灣道訓練池將於 23/12/2013 至 26/01/2014 進行維修 不便之處敬請原諒

組別	所屬教練	訓練日期	星期	時間	地點
B組	溫教練 / 曾諾民教練	1/12 至 30/12 (25/12、26/12 停課)	逢星期一、三、四、五	17:00-19:00	中山紀念公園游泳池
			逢星期六	15:00-17:00	港灣道訓練池
			逢星期日	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期六 (28/12)	15:00-17:00	中山紀念公園游泳池
			逢星期日 (29/12)	18:00-20:00	摩理臣山游泳池
B1組	溫教練 / 曾諾民教練	1/12 至 31/12 (26/12 停課)	逢星期二、四	17:00-19:00	中山紀念公園游泳池
			逢星期六、日		港灣道訓練池
			逢星期六 (28/12)	17:00-19:00	中山紀念公園游泳池
			逢星期日 (29/12)	17:00-18:30	摩理臣山游泳池
B3組	張家銓教練 / 曾諾民教練	2/12 至 31/12 (26/12 停課)	逢星期一 (2/12、9/12、16/12)	19:00-21:00	中山紀念公園游泳池
			逢星期一 (23/12、30/12)	08:00-10:00	
			逢星期二 (24/12、31/12)		
			逢星期二、四	19:00-21:00	港灣道訓練池
			逢星期六	13:00-15:00	
			逢星期六 (28/12)	13:00-15:00	
B2組	溫樹俊教練	2/12 至 30/12 (26/12 停課)	逢星期一、六	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期四	17:30-19:00	
			逢星期一 (23/12、30/12)	17:00-18:00	摩理臣山游泳池
			逢星期五 (27/12)		
Y組	陳燕燕教練	2/12 至 21/12	逢星期一、二、三、五	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期六	15:00-17:00	
		23/12 至 31/12	逢星期一至三	15:00-17:00	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期五	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
C1組	鄭配全教練	2/12 至 30/12 (25/12 停課)	逢星期一、三、五	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			逢星期日	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期日 (29/12)	14:00-16:00	摩理臣山游泳池
D組	何尹茜教練	2/12 至 31/12 (26/12、28/12 停課)	逢星期一、二、四	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			逢星期六	09:30-11:30	港灣道訓練池
E1組	陳燕燕教練 / 溫樹俊教練	1/12 至 22/12	逢星期一	16:00-17:00	港灣道訓練池
			逢星期三	15:30-17:00	
			逢星期四	16:00-17:30	
			逢星期五	16:00-17:15	
			逢星期日	12:00-14:00	
		23/12 至 30/12 (25/12、26/12 停課)	逢星期一 (23/12、30/12)	16:00-17:00	摩理臣山游泳池
逢星期五 (27/12)					



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

2013年12月(香港區)泳隊訓練時間表

港灣道訓練池將於 23/12/2013 至 26/01/2014 進行維修 不便之處敬請原諒

組別	所屬教練	訓練日期	星期	時間	地點
A1組	胡劍豪教練	1/12 至 31/12 (1/12、25/12、 26/12、29/12 停課)	逢星期一至五	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期日	12:00-14:00	港灣道訓練池
W組	胡劍豪教練	1/12 至 31/12 (1/12、25/12、 29/12 停課)	逢星期一	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期二至五	16:00-18:00	
			逢星期日	12:00-14:00	港灣道訓練池
W2組	胡劍豪教練	1/12 至 31/12 (1/12、26/12、 29/12 停課)	逢星期二、四、五	16:00-18:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期日	12:00-14:00	港灣道訓練池
SP1組	陳樹恩教練	2/12 至 30/12	逢星期一	17:00-19:00	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期三、五	17:00-18:30	
SP2組	黃炳利教練	3/12 至 31/12	逢星期二、四	17:00-18:45	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期六	19:00-20:30	
SP3組	張家銓教練	1/12 至 30/12	逢星期一 (2/12、9/12、16/12)	18:30-20:15	港灣道訓練池
			逢星期一 (23/12、30/12)	08:00-10:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期三	18:45-20:30	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期五	19:00-21:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期日	16:00-18:00	聖保祿學校室內游泳池
SP4組	張家銓教練	1/12 至 29/12	逢星期二	19:00-20:30	維多利亞公園游泳池
			逢星期五	19:00-21:00	
			逢星期日	14:30-16:00	聖保祿學校室內游泳池
V組	鄭配全教練	1/12 至 31/12 (26/12、28/12停課)	逢星期二、四	19:00-21:00	摩理臣山游泳池
			逢星期六	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期日		
			逢星期日 (29/12)	14:00-16:00	摩理臣山游泳池

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。
- 3) 天文台若於訓練前二小時內懸掛八號或以上颱風信號、紅色或黑色暴雨警告信號時，當日訓練將會取消。
- 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：香港灣仔軒尼詩道250號卓能廣場23樓A室

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

2013年12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	1/12 至 31/12	逢星期一至五	17:00-19:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期日	16:00-18:00	
L組	年云教練 / 譚梓桑教練	1/12 至 31/12	逢星期二、五	18:45-20:30	喇沙書院室外游泳池
			逢星期日	14:00-16:00	
C2組	譚梓桑教練	1/12 至 31/12	逢星期一、二	17:00-19:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期三、五、日	16:00-18:00	
C3組	譚梓桑教練	1/12 至 31/12	逢星期二	19:00-20:30	喇沙書院室外游泳池
			逢星期五	18:30-20:00	
			逢星期日	14:00-16:00	
K組	鄭美莘教練	2/12 至 31/12 (26/12 停課)	逢星期一、二、四、五	17:00-19:00	荔枝角公園室外游泳池
			逢星期六	08:45-10:45	喇沙書院室外游泳池
K2組	鄭美莘教練 / 文鑑輝教練	1/12 至 30/12 (26/12 停課)	逢星期一	17:00-19:00	荔枝角公園室外游泳池
			逢星期四		荔枝角公園室外游泳池
			逢星期六	16:00-18:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期日	14:00-16:00	
TW(A)組	顏瓔教練	1/12 至 31/12 (25/12、26/12 停課)	逢星期一、二	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三、四、五	17:30-19:30	新法書院游泳池
			逢星期日	19:00-21:00	博藝會室內游泳池
TW(B)組	顏瓔教練	1/12 至 31/12 (25/12、26/12 停課)	逢星期一	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期二	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三、四、五	17:30-19:30	新法書院游泳池
			逢星期日	19:00-21:00	博藝會室內游泳池
TW(C)組	譚浩俊教練 / 顏瓔教練	1/12 至 30/12	逢星期一	17:00-19:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期三、五	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期日	19:00-21:00	
TW(D)組	彭蘊瑤教練 / 顏瓔教練	1/12 至 31/12	逢星期二、三、四	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期日	17:00-19:00	
TKO組	郭幹勤教練	2/12 至 31/12 (26/12 停課)	逢星期一(體能訓練)	17:00-19:00	將軍澳游泳池
			逢星期二、四	18:00-20:00	
			逢星期六	17:00-19:00	
TKO2組	郭幹勤教練	3/12 至 31/12 (26/12 停課)	逢星期二、四	17:00-19:00	將軍澳游泳池
			逢星期六		

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：香港灣仔軒尼詩道250號卓能廣場23樓A室

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