



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

2015年12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	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、二、四、五	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			星期六	16:00-18:00	港灣道訓練池
V組	鄭配全教練	1/12 至31/12	逢星期二、四	19:00-20:30	摩理臣山游泳池
			逢星期六、日	17:00-19:00	港灣道訓練池
V1組	鄭配全教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、三、五	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			星期日		港灣道訓練池
B3組	溫教練/ 蔡凱源教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、二、三、四、五	17:00-19:00	中山公園游泳池
B4組	溫教練/ 蔡凱源教練	1/12 至31/12	逢星期一、二、四	19:00-21:00	中山公園游泳池
			逢星期六	16:00-18:00	摩理臣山游泳池
Y組	陳燕燕教練/ 潘偉納教練	1/12 至31/12	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	
E1組	溫樹俊教練	1/12 至31/12	逢星期一、三、四、五	16:00-17:30	港灣道訓練池
			逢星期日	12:00-14:00	
E2組	溫樹俊教練	1/12 至31/12	逢星期一	17:30-19:30	港灣道訓練池
			逢星期四	17:30-19:00	
			逢星期六	17:00-19:00	

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

2015年12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	1/12 至31/12 (25/12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	12:00-14:00	港灣道訓練池
W組	胡劍豪教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
			*逢星期二、三、四、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 (25/12停)	*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
*由於泳池有活動，4、10、11、17/12 W+W2組的訓練時間將更改為17:00-19:00，地點不變，敬請注意					
A1、W及W2組泳員請留意：因泳總D1短池分齡游泳比賽，故6/12(日)之訓練將取消					
V13組	胡劍豪教練 / 蔣曜聰教練	1/12 至31/12	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	
SP1組	陳樹恩教練	1/12 至31/12	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	
SP1A組	陳樹恩教練	1/12 至31/12	逢星期一、三	16:00-17:30	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期五	17:00-18:30	
SP3組	張家銓教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期三 (2/12、9/12、16/12)	18:45-20:30	聖保祿學校室內游泳池
			逢星期三 (23/12、30/12)	9:00-11:00	
			逢星期五	19:00-21:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期六、日	17:00-19:00	港灣道訓練池
SP3(M)組	張家銓教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、四	08:00-10:00	港灣道訓練池
			逢星期五	19:00-21:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期六、日	17:00-19:00	港灣道訓練池
SP4組	張家銓教練	1/12 至31/12	逢星期二	19:00-21:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期六	15:00-17:00	港灣道訓練池
			逢星期日	15:00-16:30	聖保祿學校室內游泳池
SP5組	沈艾倫教練	1/12 至31/12 (19/12停)	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:

- 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

2015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
			逢星期六	08:00-09:45	
L組	譚梓燊教練	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	16:00-18:00	
C2組	年云教練/ 溫儉明教練	1/12 至31/12	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	譚梓燊教練	1/12 至31/12	逢星期一、三	18:00-20:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期六	14:00-16:00	
TW(A)+(B)組	顏瓔教練	1/12 至31/12	逢星期一	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期二、四 (水上訓練)	18:00-19:00	
			逢星期二、四 (體能訓練)	19:00-20:00	
			逢星期三、五	18:00-20:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期日	19:00-21:00	博藝會室內游泳池
TW(C)組	彭蘊瑤教練/ 顏瓔教練	1/12 至31/12	逢星期一	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三	18:00-20:00	
			逢星期五 (體能訓練)	16:30-17:00	
			逢星期五 (水上訓練)	17:00-18:30	
			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	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三 (水上訓練)	17:00-18:00	
			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	1/12 至31/12	逢星期一、三、五	20:30-21:30	博藝會室內游泳池
TKO組	譚浩俊教練/ 郭衍衡教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、二、四、五、六	18:00-20:00	將軍澳游泳池
LT組	關浩賢教練	1/12 至31/12 (25/12停)	逢星期一、二、四、五	17:00-19:00	觀塘游泳池

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。
- 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