



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1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,B1組	溫教練 / 古汝發教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、二、四、五	17:00-19:00	中山公園游泳池
			星期六 (3/1)	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期六	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
B3組	蔡凱源教練	5/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、二、四	19:00-21:00	中山公園游泳池
			逢星期六	13:00-15:00	摩理臣山游泳池
			3/1	逢星期六	13:00-15:00
B2組	溫樹俊教練	1/1 3/1 5/1 至31/1	星期四	17:30-19:00	港灣道訓練池
			星期六	17:00-19:00	
			逢星期一、五	17:00-18:00	摩理臣山游泳池
			逢星期四	17:00-19:00	
Y組	陳燕燕教練	1/1至2/1 5/1 至31/1	星期四、五	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期二、四、五	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期一、三		聖保祿學校室內游泳池
C1組	鄭配全教練	5/1 至31/1 4/1	逢星期一、三、五	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			逢星期日		港灣道訓練池
			逢星期日		
D組	何尹茜教練	5/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、二、四	17:00-19:00	摩理臣山游泳池
			逢星期六	09:00-11:00	
			3/1	逢星期六	09:00-11:00
E1組	溫樹俊教練	1/1至2/1 5/1至30/1 4/1	星期四、五	16:00-17:30	港灣道訓練池
			逢星期一、五	16:00-17:00	摩理臣山游泳池
			逢星期二、三	16:00-18:00	
			星期日	12:00-14:00	港灣道訓練池

*由於港灣道游泳池於1月5日至2月8日維修，所以訓練地點及時間將有所改變，請留意紅色字句。

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

2015年1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	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一至五	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
W組	胡劍豪教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、四、五	17:00-19:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期二、三	16:00-18:00	
W2組	胡劍豪教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期二	16:00-18:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期四、五	17:00-19:00	
A1、W及W2組泳員請留意：因泳總D1短池分齡游泳比賽，故11/1(日)之訓練將取消					
V13組	胡劍豪教練 / 蔣曜聰教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、三	19:00-20:30	維多利亞公園游泳池
			逢星期四	18:00-19:30	
			逢星期日	12:00-14:00	
SP1組	陳樹恩教練	1/1 至31/1	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	1/1 至31/1	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	1/1 至31/1	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
			逢星期六(3/1)	17:00-19:00	港灣道訓練池
			逢星期六	15:00-17:00	摩理臣山游泳池
			逢星期日	16:30-18:30	聖保祿學校室內游泳池
SP4組	張家銓教練	1/1 至31/1	逢星期二	19:00-21:00	維多利亞公園游泳池
			逢星期六(3/1)	15:00-17:00	港灣道訓練池
			逢星期六	15:00-17:00	摩理臣山游泳池
			逢星期日	15:00-16:30	聖保祿學校室內游泳池
V組	鄭配全教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期二、四	19:00-20:30	摩理臣山游泳池
		10/1 至31/1	逢星期六、日	17:00-19:00	
		3/1至4/1	逢星期六、日	17:00-19:00	

***由於港灣道游泳池於1月5日至2月8日維修，所以訓練地點及時間將有所改變，請留意紅色字句。**

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



2015年1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	1/1 至31/1	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	譚梓桑教練	1/1 至31/1	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	
C2組	譚梓桑教練	1/1 至31/1	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	1/1 至31/1	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+K2組	文鑑輝教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一、二、四、五	17:00-19:00	荔枝角公園游泳池
		1/1至31/1	逢星期六	08:45-10:45	喇沙書院室外游泳池
			逢星期日	14:00-16:00	
TW(A)組	顏璽教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期日	19:00-21:00	博藝會室內游泳池
			逢星期一	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期二	18:00-20:00	和黃公園
			星期三、四、五	17:30-19:30	新法書院
TW(B)組	顏璽教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期日	19:00-21:00	博藝會室內游泳池
			逢星期一	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期二	18:00-20:00	和黃公園
			星期三、四、五	17:30-19:30	新法書院
TW(C)組	譚浩俊教練 / 顏璽教練	1/1 至31/1	逢星期一	17:00-19:00	喇沙書院室外游泳池
			逢星期三	18:00-20:00	博藝會室內游泳池
			逢星期五	18:30-20:30	
			逢星期日	19:00-21:00	
TW(D)組	彭蘊瑤教練 / 顏璽教練	1/1 至31/1	逢星期二	16:00-18:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三(水上訓練)	16:00-17:00	
			逢星期三(體能訓練)	17:00-18:00	
			逢星期四、日	17:00-19:00	
TW(E)組	顏璽教練	1/1 至31/1	逢星期一	20:00-21:00	博藝會室內游泳池
			逢星期三、五	20:30-21:30	
TKO組	周仁浩教練 / 郭衍衡教練	1/1 至31/1 (1/1停課)	逢星期一	18:00-20:00	將軍澳游泳池
			逢星期二、四	17:00-19:00	
			逢星期六	17:30-19:30	
LT組	周仁浩教練 / 謝卓霖教練	5/1 至31/1 (1/1,2/1停課)	逢星期一、二、四、五	18:00-20:00	將軍澳游泳池

*由於觀塘游泳池於1月5日至2月24日維修，所以訓練地點及時間將有所改變，請留意紅色字句。

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