

港島區 2017 年 12 月至 2018 年 2 月訓練時間表

組別	級 別	負責教練	日 期	星 期	時 間	地 點	
A	9-10 級	常青先生	1/12-22/12	一、三、五	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池	
			27/12-9/2 <small>(25/12,1/1 暫停)</small>			摩理臣山游泳池	
			12/2-28/2 <small>(16/2,19/2 暫停)</small>			灣仔溫水訓練池	
			2/12-16/12,24/2 <small>(17/2 暫停)</small>	六	9:00am-11:00am	灣仔溫水訓練池	
			23/12-10/2				6:00pm-8:00pm
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	4:00pm-7:00pm <small>(4:00-5:00pm 為陸上體能訓練)</small>	灣仔溫水訓練池	
			7/1-11/2			4:00pm-6:00pm	摩理臣山游泳池
			24/12-31/12				
S	9-10 級	羅肇鋒先生	1/12-28/2 <small>(25/12,1/1,16/2,19/2,21/2 暫停)</small>	一、三、五	5:00pm-7:00pm	中山公園室內溫水游泳池	
			7/12-22/2 <small>(15/2,20/2 暫停)</small>	四	5:00pm-7:00pm	堅尼地城游泳池	
			2/12-16/12,24/2 <small>(17/2 暫停)</small>	六	3:00pm-5:00pm	灣仔溫水訓練池	
			23/12-10/2		11:00am-1:00pm	中山公園室內溫水游泳池	
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	11:00am-2:00pm <small>(11:00-12:00nn 為陸上體能訓練)</small>	灣仔溫水訓練池	
			24/12-11/2			摩理臣山游泳池	
A1	8-9 級	常青先生	5/12-21/12	二、四	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池	
			28/12-8/2 <small>(26/12 暫停)</small>			摩理臣山游泳池	
			20/2-27/2 <small>(15/2,20/2 暫停)</small>			灣仔溫水訓練池	
			2/12-24/2 <small>(23/12-17/2 暫停)</small>	六	11:00am-1:00pm		
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	12:00nn-2:00pm	摩理臣山游泳池	
			24/12-11/2		6:00pm-8:00pm		
			22/12-9/2		三、五		7:00pm-9:00pm

WIN TIN SWIMMING CLUB LTD.

 Room 1205, Fortress Tower,
 250 King's Rd, North Point, H.K.
 Tel: (852) 2512 2793
 Fax: (852) 2512 2486
 Website: www.wtsc.com.hk
 E-mail: wtsc@wtsc.com.hk

 泳天游泳會有限公司
 香港北角英皇道 250 號
 北角城中心 1205 室
 電話：(852) 2512 2793
 傳真：(852) 2512 2486
 網址：www.wtsc.com.hk
 電郵：wtsc@wtsc.com.hk

港 島 區 2017 年 12 月 至 2018 年 2 月 訓練 時間 表

S1	8-9 級	羅肇鋒先生	4/12-28/2 <small>(25/12,1/1,21/2 暫停)</small>	一、三	4:00pm-6:00pm	中山公園室內溫水游泳池
			5/12-27/2 <small>(26/12,20/2 暫停)</small>	二	5:00pm-7:00pm	
			2/12-24/2 <small>(23/12-17/2 暫停)</small>	六	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	12:00nn-2:00pm	
			24/12-11/2		2:00pm-4:00pm	
A2	7-8 級	常青先生	4/12-20/12	一、三	7:00pm-9:00pm	灣仔溫水訓練池
			22/12-9/2 <small>(25/12,1/1 暫停)</small>	一、三、五		摩理臣山游泳池
			12/2-28/2 <small>(19/2,21/2 暫停)</small>	一、三		灣仔溫水訓練池
			2/12-24/2 <small>(23/12-17/2 暫停)</small>	六	1:00pm-3:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	12:00nn-2:00pm	灣仔溫水訓練池
			24/12-11/2		6:00pm-8:00pm	摩理臣山游泳池
S2	7-8 級	羅肇鋒先生 蔡榮喜先生	4/12-28/2 <small>(25/12,1/1,19/2,21/2 暫停)</small>	一、三	7:00pm-9:00pm	中山公園室內溫水游泳池
			2/12-24/2 <small>(23/12-17/2 暫停)</small>	六	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	12:00nn-2:00pm	
			24/12-11/2		2:00pm-4:00pm	
S3	6-7 級	彭榮泰先生 林晉延先生	4/12-27/2 <small>(25/12,26/12,1/1,19/2,20/2 暫停)</small>	一、二	5:00pm-7:00pm	堅尼地城游泳池
			7/12-22/2 <small>(15/2 暫停)</small>	四	5:00pm-7:00pm	中山公園室內溫水游泳池
			3/12-17/12,25/2 <small>(18/2 暫停)</small>	日	12:00nn-2:00pm	灣仔溫水訓練池
			24/12-11/2		2:00pm-4:00pm	摩理臣山游泳池
S3B	6-7 級	彭榮泰先生	6/12-28/2 <small>(21/2 暫停)</small>	三	6:00pm-8:00pm	堅尼地城游泳池
			1/12-23/2 <small>(16/2 暫停)</small>	五	5:00pm-7:00pm	

港 島 區 2017 年 12 月 至 2018 年 2 月 訓練 時間 表

A3	6 -7 級	鄺行政先生	5/12-13/2 (26/12,15/2,20/2 暫停)	二、四	5:00pm-7:00pm	維多利亞公園 室內溫水游泳池
			22/2-19/4			灣仔溫水訓練池
			24/4-26/4			維多利亞公園 室內溫水游泳池
			2/12-24/2 (23/12-17/2 暫停)	六	1:00pm-3:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/12-17/12,25/2 (18/2 暫停)	日	12:00nn-2:00pm	灣仔溫水訓練池
			24/12-11/2		6:00pm-8:00pm	摩理臣山游泳池
			22/12-9/2	一、五	5:00pm-6:00pm	維多利亞公園 室內溫水游泳池

備 註：灣仔溫水訓練池於12月23日至2月11日期間維修，訓練地點將改往摩理臣山游泳池。

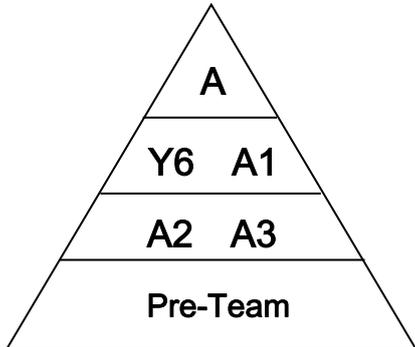
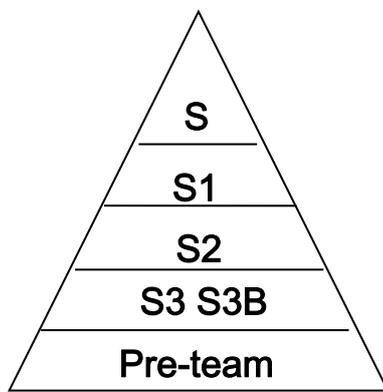
維多利亞公園室內溫水游泳池22/2-23/4期間進行維修

聖誕節及新年假期：25/12、26/12、1/1公眾假期均不用上課。

農曆新年期間所有組別於2月15日至2月21日放假，敬請留意。

- 紀 律:1. A組、A1組及A2組會員必須出席全部編排之訓練；其他組別之會員每週須最少出席三節訓練。
2. 會員必須準時於上課前15分鐘到達泳池入口處前集合，遲到者作曠課論。《為免影響其他會員之學習進度，以及保障其他會員之人身安全，負責教練將不會另行往泳池入口處帶領遲到之會員進場。》
3. 未經本會批准，會員不得擅自轉換組別上課。

港 島 區 泳 隊 升 級 計 劃

組別	級別 ¹	負責教練	訓練時數	訓練地點	課程架構 ²
灣仔訓練池					
A	9-10 級	常青先生	每週5天 共 10 小時	<u>主要訓練地點：</u> 全年 - 灣仔訓練池 <u>其他訓練地點：</u> 全年 (5 至 6 月除外)： 中山公園室內溫水游泳池	
A1	8-9 級	常青先生	每週4天 8 小時		
A2	7-8 級	常青先生	每週5天 共 10 小時		
A3	6-7 級	鄺行政先生	每週3天 共6小時		
中山公園室內溫水游泳池					
S	9-10 級	羅肇鋒先生	每週五天 共10小時	<u>主要訓練地點：</u> 中山公園室內溫水游泳池 <u>其他訓練地點：</u> 灣仔訓練池 堅尼地城游泳池	
S1	8-9 級	羅肇鋒先生	每週五天 共10小時		
S2	7-8 級	羅肇鋒先生 蔡榮喜先生	每週四天 共 8 小時		
S3	6-7 級	彭榮泰先生 林晉延先生	每週3天 共6小時		
S3B	6-7 級	彭榮泰先生	每週2天 共4小時		

備註： 1. 各級別之學習內容可參閱課程簡介之課程架構。

2. 達到所屬級別之完成目標，會員可晉升至較高級之組別。