

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 2018 年 6 月訓練時間表

級 別	負責教練	日 期	星 期	時 間	地 點
A	9-10 級 常青先生	1/6-29/6	一、三、五	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池
		2/6-30/6	六	9:00am-11:00am	
		3/6-24/6	日	4:00pm-7:00pm <small>(4:00-5:00pm 為陸上體能訓練)</small>	
S	9-10 級 羅肇鋒先生	1/6-31/8 <small>(18/6,2/7 暫停)</small>	一、三、五	5:00pm-7:00pm	堅尼地城游泳池
		2/6-25/8	六	2:00pm-5:00pm	灣仔溫水訓練池
		3/6-26/8	日	11:00am-2:00pm <small>(11:00-12:00nn 為陸上體能訓)</small>	
A1	8-9 級 常青先生	5/6-28/6	二、四	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池
		1/6-29/6	五	7:00pm-9:00pm	
		2/6-30/6	六	11:00am-1:00pm	
		3/6-24/6	日	12:00nn-2:00pm	
S1	8-9 級 羅肇鋒先生 蔡榮喜先生	4/6-27/8 <small>(18/6,2/7 暫停)</small>	一	4:00pm-6:00pm	堅尼地城游泳池
		5/6-30/8	二、四	7:00pm-9:00pm	灣仔溫水訓練池
		2/6-25/8	六	5:00pm-7:00pm	
		3/6-26/8	日	12:00nn-2:00pm	

港島區 2018 年 6 月訓練時間表

A2	7-8 級	常青先生 蔡榮喜先生	4/6-27/6	一、三	7:00pm-9:00pm	灣仔溫水訓練池
			1/6-29/6	五	7:00pm-9:00pm	
			2/6-30/6	六	1:00pm-3:00pm	
			3/6-24/6	日	12:00nn-2:00pm	
S2	7-8 級	羅肇鋒先生 侯施宇先生	4/6-27/8	一、三	7:00pm-9:00pm	堅尼地城游泳池
			2/6-25/8	六	5:00pm-7:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/6-26/8	日	12:00nn-2:00pm	
S3	6-7 級	彭榮泰先生 林晉延先生	4/6-27/8 (18/6,27 暫停)	一	7:00pm-9:00pm	堅尼地城游泳池
			5/6-30/8	二、四	5:00pm-7:00pm	堅尼地城游泳池
			2/6-25/8	六	11:00am-1:00pm	
			3/6-26/8	日	12:00nn-2:00pm	灣仔溫水訓練池
S3B	6-7 級	彭榮泰先生	6/6-31/8	三、五	7:00pm-9:00pm	堅尼地城游泳池
A3	6-7 級	鄺行政先生	5/6-28/6	二、四	5:00pm-7:00pm	維多利亞公園游泳池
			1/6-29/6	六	1:00pm-3:00pm	灣仔溫水訓練池
			3/6-24/6	日	12:00nn-2:00pm	

- 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。