



泳能游泳會游泳代表隊 2020 年 10 月份訓練時間表  
WLS Swimming Team Training Time Schedule in Oct 2020

主隊 / 觀塘 B 隊

逢星期一至五	(MON - FRI)	18:00 - 20:00	[ 觀塘游泳池 ]	5 - 30 /10
逢星期六	(SAT)	18:30 - 20:30	[ 將軍澳游泳池 ]	3,10,17,24,31 /10

預備隊

逢星期一、三、五、六	(MON, WED, FRI, SAT)	18:30 - 20:30	[將軍澳游泳池]	3 - 31 /10
● 每星期最多可出席 3 天訓練				

☆月費計劃：【主隊】 \$1100 (可出席全部訓練)

【預備隊】\$1100 (每星期最多可出席 3 天訓練)

(\*請各泳員於每次訓練帶備浮板、泳掌、蛙鞋及耳機等用具 )

~~~號外~~~

- 1/10/2020 (星期四) 中秋節公眾假期所有訓練暫停。
- 2/10/2020 (星期五) 中秋節翌日及 26/10/2020 (星期一)重陽節翌日公眾假期，所有訓練時間改為 09:45-12:00 將軍澳泳池，只需帶浮板及耳機，自費入場。
- 請自備八達通入場。
- 所有訓練時數上當中包括陸上體能及技術訓練、水中體力訓練。
- [新生適應期]計劃：凡初次加入本會泳隊的新學員，必須先經過為期 3 個月的新生適應期，然後才會成為正式隊員，而曾經暫停訓練的舊有泳員，亦需要參加[新生適應期]才能重新歸隊。
- [新生適應期]的收費為會員費用 + \$200

本會在此祝各位泳員及家長身體健康!生活愉快!

(本會將定期更新資訊，詳情請瀏覽本會網頁：[www.winglandsc.com](http://www.winglandsc.com))