



泳能游泳會游泳代表隊 2023 年 11-12 月份訓練時間表 WLS Swimming Team Training Time Schedule in Nov-Dec 2023

星級導師簡介 -

張 Sir

- 7 年以上教學經驗
- 中國香港游泳總會註冊游泳教練
- 運動及康樂管理（榮譽）社會科學學士-主修運動教練
- 前中學學界游泳比賽冠軍
- 前分齡賽冠軍

（ 註：本會主教練均持有香港政府認可之教練證書 ）

（ 助教團隊則由持有拯溺資格的前精英泳員所組成 ）



觀塘競賽預備隊

逢星期五	(FRI)	19:00 – 21:00	[觀塘游泳池]	3,10,17,24/11 及 1,8,15,22,29/12
逢星期六	(SAT)	19:00 – 21:00	[觀塘游泳池]	4,11,18,25/11 及 2,9,16,23,30/12

☆月費計劃：**\$1100/1 month**

\$2000/2 months

~~~號外~~~

- 請自備八達通自費入場
- 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。

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))