



泳能游泳會游泳代表隊 2024 年 4 月份訓練時間表  
WLS Swimming Team Training Time Schedule in Apr2024

主隊 / 觀塘 B 隊

逢星期一至四 (MON,TUE,WED,THU)	18:00 - 20:00	[ 觀塘游泳池 ]	2/4-29/4
逢星期二 (TUE)	18:00 - 20:00	[ 將軍澳游泳池 ]	23/4,30/4
逢星期五·六 (TUE,FRI,SAT)	18:00 - 20:00	[ 將軍澳游泳池 ]	5/4-27/4

預備隊

逢星期一·四 (MON,THU)	18:00 - 20:00	[ 觀塘游泳池 ]	8/4-29/4
逢星期二·三·五·六 (TUE,WED,FRI,SAT)	18:00 - 20:00	[ 將軍澳游泳池 ]	2/4-30/4

☆月費計劃：【主隊】\$1200 (可出席全部訓練)

【預備隊】\$1200

(為備戰小學學界，預備隊泳員由二月份至四月份亦可出席全部訓練)

(\* 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~~~

- 1/4 (星期一) 及 4/4 (星期四) 為公眾假期 所有訓練暫停
- 2/4, 11/4, 18/4, 25/4 主隊訓練為觀塘訓練池
- 逢星期六 19:00-20:00 將改為陸上體能訓練。
- 13/4 (星期六) 1800-1900 為第一季計時交流日，1900-2000 照常水中訓練
- 請自備八達通自費入場 (非泳線時段使用)。
- 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))



泳能游泳會游泳代表隊 2024 年 4 月份訓練時間表  
WLS Swimming Team Training Time Schedule in Apr2024

|  |
|--|
|  |
|--|