



## 泳能游泳會游泳代表隊 2025 年 9-10 月份訓練時間表 WLS Swimming Team Training Time Schedule in Sep-Oct 2025

### 星級導師簡介 -

張 Sir

- 10 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

逢星期三	(WED)	18:00 – 20:00	[ 觀塘游泳池 ]	3,10,17,24/9 及 8,15,22/10
逢星期五	(FRI)	19:00 – 21:00	[ 觀塘游泳池 ]	5,12,19,26/9 及 3,10,17,24,31/10
逢星期六	(SAT)	19:00 - 21:00	[ 觀塘游泳池 ]	6,13,20,27/9 及 4,11,18,25/10

### Plan A 月費計劃：

**\$1100/1 month**

**\$2000/2 months**

( \*可出席兩天訓練 )

### Plan B 月費計劃：

**\$1400/1 month**

**\$2600/2 months**

( \*可出席全部訓練 )



泳能游泳會游泳代表隊 2025 年 9-10 月份訓練時間表  
WLS Swimming Team Training Time Schedule in Sep-Oct 2025

~~~號外~~~

- 1/10, 29/10 為公眾假期，所有訓練暫停。
- 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))