



泳能游泳會 2026 年 3-4 月份將軍澳游泳班報名表
WLS TKO Swimming Class Enrollment Form in MAR-APR 2026

星級教練簡介

卓桁哥哥

- 泳能游泳會預備隊(將軍澳)主教練
- 現任天主教聖安德肋小學泳隊教練
- 香港游泳教師總會高級游泳教師證書
- 中國香港游泳總會一級游泳教練
- 運動及康樂管理(榮譽)社會科學學士
—主修運動教練
- 2018-2019 香港學界游泳比賽(第二組)
200 米自由泳冠軍



宜姐姐

- 泳能游泳會預備隊(將軍澳)副教練
- 現任天主教聖安德肋小學泳隊教練
- 香港游泳教師總會游泳教師證書
- 現西貢區 50 米蛙泳, 100 米蛙泳, 200 米蛙泳, 200 米自由泳紀錄保持者
- 2016-2017 中學學界游泳比賽第三組(K1) 50 米蛙泳, 100 米蛙泳冠軍



(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)

報名表

學員姓名: _____ (中文) _____ (英文) 出生日期: _____ 性別: 男 M / 女 F

泳術水平 (請 √ 其一):

- 1. 從未習泳/未能把頭部潛於水中
- 2. 懂得利用助浮物浮身踢水及水中閉氣
- 3. 可以不需倚靠助浮物浮身踢水
- 4. 能以自由泳前進 15 米
- 5. 能以任何兩種或以上泳式前進 15 米以上

家長姓名: _____

聯絡電話: _____

游泳課程選擇
(將軍澳游泳池)
室外主池
- 恆溫水(29-30 度)
- 防風隧道直達主池池邊

| 日期 (請 √ 其一) | 時段 (以 1,2,3 之先後次序揀選合適之上堂時間) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 逢星期五 (共 7 堂) 6,13,20,27/3 及 10,17,24/4 | <input type="checkbox"/> 4:45 – 5:45pm <input type="checkbox"/> 7:00 – 8:00pm <input type="checkbox"/> 8:00 – 9:00pm |
| <input type="checkbox"/> 逢星期六 (共 7 堂) 7,14,21,28/3 及 11,18,25/4 <input type="checkbox"/> 逢星期日 (共 8 堂) 1,8,15,22,29/3 及 12,19,26/4 | <input type="checkbox"/> 9:00 – 10:00am (14/3,15/3 暫停) <input type="checkbox"/> 10:00 – 11:00am (14/3,15/3 暫停) <input type="checkbox"/> 11:00 – 12:00noon (14/3,15/3 暫停) <input type="checkbox"/> 2:00 – 3:00pm <input type="checkbox"/> 3:00 – 4:00pm <input type="checkbox"/> 4:00 – 5:00pm <input type="checkbox"/> 5:00 – 6:00pm |
| <input type="checkbox"/> 兒童班 (足 5 歲或以上) > 人數比例 1 : 3 ~ 5 > 每堂一小時, \$120 / 每堂 | <input type="checkbox"/> 幼兒班 (4 歲或以下) > 人數比例 1 : 2 ~ 4 > 每堂一小時, \$140 / 每堂 |
| <p>*20/ 2/2025 前報名可享九折*</p> <p>1. 凡參加本會游泳課程可獲贈精美泳帽一頂 (只限新生)。 2. 須自付入場費用及自備浮板。 3. 其他各區優惠 {私人游泳課程}, 可聯絡 55461628 查詢詳情。</p> <p>付款戶口: 中國銀行 012-814-0-009347-4 Wing Land Swimming Club company Limited / 轉數快 61730900</p> | |