

2024 / 2025 年度聯校壁球訓練計劃 - 第一階段的訓練時間表

Joint School Training Scheme 2024 / 2025 – Phase 2 Training Schedule

Class No. 班別	Training Venue 上堂地點	Date 日期								Time 時間	In-charge Coach 負責教練
SMSC (SA)	士美菲路體育館 Smithfield Road Sports Centre	2024年7月 July 2024	(日 Sun)	14	21	28			1:30pm - 3:30pm 星期日 Sun	林穎晞 Jannis LAM	
			(三 Wed)	10	17	24					
		2024年8月 Aug 2024	(日 Sun)	11	18	25			5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed		
			(三 Wed)	7	14	21	28				
		2024年9月 Sep 2024	(日 Sun)	1	8	15					
			(三 Wed)	4	11	25					
2024年10月 Oct 2024	(三 Wed)	2									
YLJCSC	元朗賽馬會公眾壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Courts	2024年7月 July 2024	(日 Sun)	7	14	21	28		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	羅耀強 Harold LOW	
			(四 Thur)	4	11	18	25				
		2024年8月 Aug 2024	(日 Sun)	11	18	25			5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur		
			(四 Thur)	8	15	22	29				
		2024年9月 Sep 2024	(日 Sun)	1	8	15					
			(四 Thur)	5	12	19					
SMSC (SB)	士美菲路體育館 Smithfield Road Sports Centre	2024年7月 July 2024	(二 Tue)	2	9	16	23		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	曾浩仁 Cyrus TSANG	
			(四 Thur)	4	11	18	25				
		2024年8月 Aug 2024	(二 Tue)	6	13	20	27		5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur		
			(四 Thur)	8	15	22	29				
		2024年9月 Sep 2024	(二 Tue)	3	10	17					
			(四 Thur)	5	12						
HRSC	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2024年7月 July 2024	(日 Sun)	7	14	21	28		4:00pm - 6:00pm 星期日 Sun	黃業興 Paul Wong	
			(二 Tue)	9	16	23					
		2024年8月 Aug 2024	(日 Sun)	11	18	25			5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue		
			(二 Tue)	6	13	20	27				
		2024年9月 Sep 2024	(日 Sun)	1	8	15					
			(二 Tue)	3	10	24					