

2024 / 2025 年度聯校壁球訓練計劃 - 第三階段的訓練時間表

Joint School Training Scheme 2024 / 2025 – Phase 3 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10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		1:30pm - 3:30pm 星期日 Sun	林穎晞 Jannis LAM
			(三 Wed)	9	16	23	30			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24						
			(三 Wed)	6	13	20	27			
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22			5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	4	11	18				
		2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5						
YLJCSC	元朗賽馬會公眾壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Courts	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	羅耀強 Harold LOW
			(四 Thur)	3	10	17	24	31		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	7	14	21	28			
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(四 Thur)	5	12	19				
SMSC (SB)	士美菲路體育館 Smithfield Road Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(二 Tue)	8	15	22	29		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	曾浩仁 Cyrus TSANG
			(四 Thur)	3	10	17	24	31		
		2024年11月 Nov 2024	(二 Tue)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	7	14	21	28			
		2024年12月 Dec 2024	(二 Tue)	3	10					
			(四 Thur)	5						
HRSC	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		4:00pm - 6:00pm 星期日 Sun	黃業興 Paul Wong
			(二 Tue)	8	15	22	29			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24						
			(二 Tue)	5	12	19	26			
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22			5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
			(二 Tue)	3	10	17				
		2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5						