

2023 / 2024年度香港壁球總會地區精英隊 - 第二階段的訓練時間表

Hong Kong Squash Regional Squad Training 2023 / 2024 – Phase 2 Training Schedule

Training Venue 上堂地點	Date 日期							Time 時間	Coach In-charge 負責教練		
九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 (1) Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre (1) (CSPSC 1)	2023年7月 July 2023	(二 Tue)	4	11	18	25		4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	鄺于淳 Anson Kwong		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(二 Tue)	8	15	22	29					
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(六 Sat)	19	26							
	2023年9月 Sept 2023	(二 Tue)	5	12	19	26				2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat	
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(六 Sat)	2	9	16	23					
九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 (2) Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre (2) (CSPSC 2)	2023年7月 July 2023	(三 Wed)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期三 & 五 Wed & Fri	黃競傲 Wong King Ngo		
		(五 Fri)	7	14	21	28					
		(日 Sun)	9	16	23	30					
	2023年8月 Aug 2023	(三 Wed)	9	16	23	30					2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun
		(五 Fri)	11	18	25						
		(日 Sun)	13	20	27						
	2023年9月 Sept 2023	(三 Wed)	6	13	20	27					
		(五 Fri)	1	8	15	22	29				
		(日 Sun)	3	10	17	24					
香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre (HKSC)	2023年7月 July 2023	(二 Tue)	4	11	18	25		4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	楊皓偉 Yeung Ho Wai		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(二 Tue)	8	15	22	29				2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat	
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(六 Sat)	12	19	26						
	2023年9月 Sept 2023	(二 Tue)	5	12	19	26					
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(六 Sat)	2	9	16	23					
渣華道體育館 Java Road Sports Centre (JRSC)	2023年7月 July 2023	(二 Tue)	4	11	18	25		4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	周達志 Chow Tat Chi		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(二 Tue)	8	15	22	29				3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat	
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(六 Sat)	12	19	26						
	2023年9月 Sept 2023	(二 Tue)	5	12	19	26					
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(六 Sat)	2	9	16	23					
官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre (KCSC)	2023年7月 July 2023	(二 Tue)	4	11	18	25		4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	馮詠明 Fung Wing Ming		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(日 Sun)	9	16	23	30					
	2023年8月 Aug 2023	(二 Tue)	8	15	22	29				3:00pm - 5:00pm 星期日 Sun	
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(日 Sun)	13	20	27						
	2023年9月 Sept 2023	(二 Tue)	5	12	19	26					
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(日 Sun)	3	10	17	24					
北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre (PHSSC)	2023年7月 July 2023	(一 Mon)	3	10	17	24	31	5:00pm - 7:00pm 星期一 & 四 Mon & Thur	葉浩倫 Danny Yip		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(一 Mon)	7	14	21	28				2:00pm - 4:00pm 星期六 Sat	
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(六 Sat)	12	19	26						
	2023年9月 Sept 2023	(一 Mon)	4	11	18	25					
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(六 Sat)	2	9	16	23					
大埔運動場壁球中心 Tai Po Sports Ground Squash Centre (TPSG)	2023年7月 July 2023	(二 Tue)	4	11	18	25		5:00pm - 7:00pm 星期二 & 四 Tue & Thur	黎嘉傑 Lai Ka Kit		
		(四 Thur)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(二 Tue)	8	15	22	29				3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat	
		(四 Thur)	10	17	24	31					
		(六 Sat)	12	19	26						
	2023年9月 Sept 2023	(二 Tue)	5	12	19	26					
		(四 Thur)	7	14	21	28					
		(六 Sat)	2	9	16	23					
元朗賽馬會壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Court (YLJCSC)	2023年7月 July 2023	(一 Mon)	3	10	17	24	31	5:00pm - 7:00pm 星期一 & 三 Mon & Wed	劉少南 Lau Siu Nam		
		(三 Wed)	5	12	19	26					
		(六 Sat)	8	15	22	29					
	2023年8月 Aug 2023	(一 Mon)	7	14	21	28				5:30pm - 7:30pm 星期六 Sat	
		(三 Wed)	9	16	23	30					
		(六 Sat)	12	19	26						
	2023年9月 Sept 2023	(一 Mon)	4	11	18	25					
		(三 Wed)	6	13	20	27					
		(六 Sat)	2	9	16	23					