

**2025 / 2026年度中國香港壁球總會地區精英隊 - 第二階段的訓練時間表**  
**Squash Association of Hong Kong, China**  
**Regional Squad Training 2025 / 2026 – 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)	2025年7月 Jul 2025	(二 Tue) 1 8 15 22 29	4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	
		(四 Thur) 3 10 17 24 31		
		(六 Sat) 5 12 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(二 Tue) 12 19 26		
		(四 Thur) 14 21 28		
		(六 Sat) 2 30		
	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue) 2 9 16 23 30		2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat
		(四 Thur) 4 11 18 25		
		(六 Sat) 6 13 20		
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)	2025年7月 Jul 2025	(三 Wed) 2 9 16 23 30	5:00pm - 7:00pm 星期三 & 五 Wed & Fri	
		(五 Fri) 4 11 18 25		
		(日 Sun) 6 13 20 27		
	2025年8月 Aug 2025	(三 Wed) 13 20 27		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun
		(五 Fri) 1 15 22 29		
		(日 Sun) 31		
	2025年9月 Sep 2025	(三 Wed) 3 10 17 24		
		(五 Fri) 5 12 19 26		
		(日 Sun) 7 14 21		
香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre (HKSC)	2025年7月 Jul 2025	(二 Tue) 1 8 15 22 29	4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	
		(四 Thur) 3 10 17 24 31		
		(六 Sat) 5 12 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(二 Tue) 12 19 26		2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat
		(四 Thur) 14 21 28		
		(六 Sat) 2 16 23 30		
	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue) 2 9 16 23 30		
		(四 Thur) 4 11 18 25		
		(六 Sat) 6 13 20		
渣華道體育館 Java Road Sports Centre (JRSC)	2025年7月 Jul 2025	(二 Tue) 1 8 15 22 29	4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	
		(四 Thur) 3 10 17 24 31		
		(六 Sat) 5 12 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(二 Tue) 12 19 26		3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat
		(四 Thur) 14 21 28		
		(六 Sat) 2 16 23 30		
	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue) 2 9 16 23 30		
		(四 Thur) 4 11 18 25		
		(六 Sat) 6 13 20		
官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre (KCSC)	2025年7月 Jul 2025	(二 Tue) 6 13 20 27	4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur	
		(四 Thur) 8 15 22 29		
		(日 Sun) 3 10 17 24 31		
	2025年8月 Aug 2025	(二 Tue) 17 24 31		3:00pm - 5:00pm 星期日 Sun
		(四 Thur) 12 19 26		
		(日 Sun) 14 21 28		
	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue) 7 14 21		
		(四 Thur) 2 9 16 23 30		
		(日 Sun) 4 11 18 25		
北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre (PHSSC)	2025年7月 Jul 2025	(一 Mon) 7 14 21 28	5:00pm - 7:00pm 星期一 & 四 Mon & Thur	
		(四 Thur) 3 10 17 24 31		
		(六 Sat) 5 12 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(一 Mon) 4 11 18 25		2:00pm - 4:00pm 星期六 Sat
		(四 Thur) 14 21 28		
		(六 Sat) 2 16 23 30		
	2025年9月 Sep 2025	(一 Mon) 1 8 15 22 29		
		(四 Thur) 4 11 18 25		
		(六 Sat) 6 13 20		
大埔運動場壁球中心 Tai Po Sports Ground Squash Centre (TPSG)	2025年7月 Jul 2025	(二 Tue) 8 15 22 29	5:00pm - 7:00pm 星期二 & 四 Tue & Thur	
		(四 Thur) 3 10 17 24 31		
		(六 Sat) 5 12 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(二 Tue) 12 19 26		3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat
		(四 Thur) 14 21 28		
		(六 Sat) 2 16 23 30		
	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue) 2 9 16 23 30		
		(四 Thur) 4 11 18 25		
		(六 Sat) 6 13 20		
元朗賽馬會壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Court (YLJCS)	2025年7月 Jul 2025	(一 Mon) 21 28	5:00pm - 7:00pm 星期一 & 三 Mon & Wed	
		(三 Wed) 2 16 23 30		
		(六 Sat) 5 19 26		
	2025年8月 Aug 2025	(一 Mon) 4 11 18 25		5:30pm - 7:30pm 星期六 Sat
		(三 Wed) 13 20 27		
		(六 Sat) 2 16 23 30		
	2025年9月 Sep 2025	(一 Mon) 1 8 15 22 29		
		(三 Wed) 3 10 17 24		
		(六 Sat) 6 13 20		