

2024 / 2025 年度青苗壁球培訓計劃 - 第三階段的訓練時間表

Young Athletes Squash 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
H01	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2024年10月 Oct 2024	(一 Mon)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期一 & 五 Mon & Fri	楊皓偉 Yeung Ho Wai
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(一 Mon)	4	11	18	25			
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(一 Mon)	9	16					
		(五 Fri)	13							
H02	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2024年10月 Oct 2024	(三 Wed)	2	9	16	23	30	4:30pm - 6:30pm 星期三 & 五 Wed & Fri	羅浩賢 Lo Ho Yin
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(三 Wed)	6	13	20				
			(五 Fri)	1	8	15	22			
		2024年12月 Dec 2024	(三 Wed)	11	18					
		(五 Fri)	13	20						
H03	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	李德新 Raymond Li
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
		(五 Fri)	6	13	20					
H04	渣華道體育館 Java Road Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		11:00am - 1:00pm 星期日 Sun	周達志 Chow Tat Chi
			(三 Wed)	2	9	16	23	30		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	6	13	20				
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
		(三 Wed)	4	11	18					
		2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5						
H05	香港仔網球及壁球中心 Aberdeen Tennis & Squash Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	林天意 Lam Tin Yi
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
		(五 Fri)	6	13	20					

2024 / 2025 年度青苗壁球培訓計劃 - 第三階段的訓練時間表

Young Athletes Squash 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
K01	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	27				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	萬子杰 Man Tsz Kit (Acting)
			(五 Fri)	11	18	25				
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5								
	(五 Fri)	3	10							
K02	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	27				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	黃競傲 Wong King Ngo
			(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				
2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5								
	(四 Thur)	2								
K03	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	袁志豪 Lawson Yuen
			(四 Thur)	3	10	17	24	31		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 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				
K04	官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		1:00pm - 3:00pm 星期日 Sun	梁志佳 Leung Chi Kai
			(三 Wed)	2	9	16	23	30		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	6	13	20				
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(三 Wed)	4	11	18				
2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5								
K05	北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		4:30pm - 6:30pm 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
K06	Po Kong Village Sports Centre 蒲崗村道體育館	2024年10月 Oct 2024	(六 Sat)	12	19	26			4:00pm - 6:00pm 星期六 Sat	黎嘉傑 Lai Ka Kit
			(三 Wed)	9	16	23	30			
		2024年11月 Nov 2024	(六 Sat)	23	30				5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	6	13	20				
		2024年12月 Dec 2024	(六 Sat)	7	14	21				
			(三 Wed)	4	11	18				
2025年1月 Jan 2025	(六 Sat)	4								
	(三 Wed)	8								
K07	佛光街體育館 Fat Kwong Street Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		12:00nn - 2:00pm 星期日 Sun	劉媛章 Lau Wun Cheung
			(五 Fri)	4	11	18	25			
	(日 Sun) 花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
	(五 Fri) 官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				

2024 / 2025 年度青苗壁球培訓計劃 - 第三階段的訓練時間表

Young Athletes Squash 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
N01	蕙荃體育館 Wai Tsuen Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(六 Sat)	5	12	19	26		11:30am - 1:30pm 星期六 Sat	商瑋晴 Seung Wai Ching
			(二 Tue)	8	15	22	29			
	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre	2024年11月 Nov 2024	(六 Sat)	23	30				5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
			(二 Tue)	5	12	19	26			
		2024年12月 Dec 2024	(六 Sat)	7	14	21				
			(二 Tue)	3	10	17				
N02	Tseung Kwan O Sports Centre 將軍澳體育館	2024年10月 Oct 2024	(六 Sat)	5	19	26			11:00am - 1:00pm 星期六 Sat	何偉傑 Ho Wai Kit
			(四 Thur)	3	10	17	24	31		
		2024年11月 Nov 2024	(六 Sat)	23	30				5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	7	14	21	28			
		2024年12月 Dec 2024	(六 Sat)	7	14	21				
			(四 Thur)	5	12	19				
N03	源禾路體育館 Yuen Wo Road Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
			(三 Wed)	2	9	16	23	30		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	6	13	20				
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(三 Wed)	4	11	18				
		2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5						
N04	沙田賽馬會公眾壁球場 Shatin 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	袁淩熙 Yuen Tsun Hei
			(五 Fri)	11	18	25				
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
		2025年1月 Jan 2025	(五 Fri)	3						
N05	大埔運動場壁球室 Tai Po Sportsground Squash Courts	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	陳兆昇 Chan Siu Sing
			(五 Fri)	4	11	18	25			
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
N06	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館 Tuen Mun Butterfly Beach Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	李耀祥 Victor Lee
			(三 Wed)	2	9	16	23	30		
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	6	13	20				
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(三 Wed)	4	11	18				
		2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5						
N07	青衣體育館 Tsing Yi Sports Centre	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		9:00am - 11:00am 星期日 Sun	楊翠芬 Michelle Yeung
			(五 Fri)	4	18	25				
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
		2025年1月 Jan 2025	(五 Fri)	3						
N08	Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	6	13	20	27		9:00am - 11:00am 星期日 Sun	劉少南 Lau Siu Nam
			(五 Fri)	11	18	25				
		2024年11月 Nov 2024	(日 Sun)	24					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	1	8	15	22	29		
		2024年12月 Dec 2024	(日 Sun)	1	15	22				
			(五 Fri)	6	13	20				
		2025年1月 Jan 2025	(五 Fri)	3						
N09	Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2024年10月 Oct 2024	(日 Sun)	13	20	27			2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	文健昌 Man Kin Cheong
			(二 Tue)	8	15	22	29			
		2024年11月 Nov 2024	(二 Tue)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
			(日 Sun)	1	15	22				
		2024年12月 Dec 2024	(二 Tue)	3	10	17	31			
			(日 Sun)	5						
		2025年1月 Jan 2025	(二 Tue)	7						