

**2025 / 2026 年度聯校壁球訓練計劃 - 第三階段的訓練時間表**  
**Joint School Training Scheme 2025 / 2026 – 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 (SA)	2025年9月 Sep 2025	(三 Wed)	24					1:30pm - 3:30pm 星期日 Sun	林穎晞 Jannis LAM			
		2025年10月 Oct 2025	(日 Sun)	12	19	26							
			(三 Wed)	8	15	22							
		2025年11月 Nov 2025	(日 Sun)	23	30								
			(三 Wed)	5	12	19	26						
		2025年12月 Dec 2025	(日 Sun)	14	28								
			(三 Wed)	3	10	17	31						
		2026年1月 Jan 2026	(日 Sun)	4					5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed				
		YLJCS	元朗賽馬會公眾壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Courts	2025年10月 Oct 2025	(日 Sun)	12	19	26				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	羅耀強 Harold LOW
					(四 Thur)	9	16	23	30				
2025年11月 Nov 2025	(日 Sun)			23	30								
	(四 Thur)			6	13	20	27						
2025年12月 Dec 2025	(日 Sun)			14	28								
	(四 Thur)			4	11	18							
2026年1月 Jan 2026	(日 Sun)			4									
	(四 Thur)			8					5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur				
SMSC (SB)	士美菲路體育館 Smithfield Road Sports Centre (SB)	2025年10月 Oct 2025	(二 Tue)	14	21	28			5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	何淑怡 Suey HO			
			(四 Thur)	2	9	16	23	30					
		2025年11月 Nov 2025	(二 Tue)	4	11	18	25						
			(四 Thur)	6	13	20	27						
		2025年12月 Dec 2025	(二 Tue)	2	9								
			(四 Thur)	4	11				5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur				
HRSC	港灣道體育館 Harbour Road Sport Centre	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue)	30					4:00pm - 6:00pm 星期日 Sun	蔡永耀 John CHOI			
		2025年10月 Oct 2025	(日 Sun)	12	19	26							
			(二 Tue)	14	21	28							
		2025年11月 Nov 2025	(日 Sun)	23	30								
			(二 Tue)	4	11	18	25						
		2025年12月 Dec 2025	(日 Sun)	14	28								
			(二 Tue)	2	9	16	30		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue				
		2026年1月 Jan 2026	(日 Sun)	4									
		FYSSC	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2025年9月 Sep 2025	(二 Tue)	30						4:00pm - 6:00pm 星期日 Sun	黃業興 Paul WONG
				2025年10月 Oct 2025	(日 Sun)	12	19	26					
(二 Tue)	14				21	28							
2025年11月 Nov 2025	(日 Sun)			23	30								
	(二 Tue)			4	11	18	25						
2025年12月 Dec 2025	(日 Sun)			14	28								
	(二 Tue)			2	9	16	30		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue				
2026年1月 Jan 2026	(日 Sun)			4									