## 2024 / 2025年度香港壁球總會地區精英隊 - 第四階段的訓練時間表

## Hong Kong Squash Regional Squad Training 2024 / 2025 - Phase 4 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1月	(_ Tue)	7	14	21				
	2025年1月 Jan 2025	(四 Thur)	2	9	16	23		4:30pm - 6:30pm	萬子杰 Man Tsz Kit
		(六 Sat)	4	11				型期二 & 四	
	2025年2月 Feb 2025	(_ Tue)	4	11	18	25		Tue & Thur	
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat) (二 Tue)	4	15 11	18	25		2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat	
	2025年3月 Mar 2025	(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat)	1	8	15	22	29		
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)		(≡ Wed)	1	8	15	22			黃競傲 Wong King Ngo
	2025年1月 Jan 2025	(五 Fri)	3	10	17	24		5:00pm - 7:00pm 星期三 & 五	
		(日 Sun)	5	12					
	2025/72/7	(≣ Wed)	5	12	19	26		垂期二 & ユ Wed & Fri	
	2025年2月 Feb 2025	(五 Fri)	7	14	21	28		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	
		(目 Sun)	2	16					
	2025年3月 Mar 2025	(≡ Wed)	5	12	19	26			
		(五 Fri)	7	14	21	28			
		(日 Sun)	2	9	16				
香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre (HKSC)	2025年1月 Jan 2025 2025年2月 Feb 2025 2025年3月 Mar 2025	( Tue)	7	14	21			4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur 2:30pm - 4:30pm 星期六 Sat	楊皓偉 Yeung Ho Wai
		(四 Thur)	2	9	16	23			
		(六 Sat) (二 Tue)	4	11 18	18 25	25	$\vdash$		
		(二 Tue) (四 Thur)	6	20	27				
		(片 Sat)	1	8	22		$\vdash$		
		(_ Tue)	4	11	18	25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat)	1	8	22	29			
渣華道體育館 Java Road Sports Centre (JRSC)	0005年4日	( <u></u>	7	14	21			4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur 3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat	周達志 Chow Tat Chi
	2025年1月 Jan 2025	(四 Thur)	2	9	16	23			
		(六 Sat)	4	11	18	25			
	2025年2月 Feb 2025	(_ Tue)	4	11	18	25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat)	1	8	15	22			
	2025年3月 Mar 2025	(Tue)	4	11	18	25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre (KCSC)		(六 Sat)	1	8	15	22	29		
	2025年1月 Jan 2025 2025年2月 Feb 2025	(Tue)	7	14	21	-00		4:30pm - 6:30pm 星期二 & 四 Tue & Thur 3:00pm - 5:00pm 星期日 Sun	黎嘉傑 Lai Ka Kit
		(四 Thur)	5	9	16 19	23			
		(日 Sun) (二 Tue)	4	11	18	26 25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(日 Sun)	2	9	16	23			
	2025年3月 Mar 2025	(_ Tue)	4	11	18	25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(日 Sun)	2	9	16				
北河街體育館	2025年1月 Jan 2025	(— Mon)	6	13	20	27		5:00pm - 7:00pm 星期一 & 四 Mon & Thur	葉浩倫 Danny Yip
		(四 Thur)	2	9	16	23			
		(六 Sat)	4	11	18	25			
	2025年2月 Feb 2025	(— Mon)	3	10	17	24			
Pei Ho Street Sports Centre (PHSSC)		(四 Thur)	6	13	20	27	$\vdash$		
(. 11000)		(六 Sat)	1	8	15	22	24		
	2025年3月 Mar 2025	(一 Mon) (四 Thur)	3 6	10	17 20	24 27	31	2:00pm - 4:00pm	
		(片 Sat)	1	8	15	22	29	星期六 Sat	
大埔運動場壁球中心 Tai Po Sports Ground Squash Centre (TPSG)		( Tue)	7	14	21		23		
	2025年1月 Jan 2025	(四 Thur)	2	9	16	23		5:00pm - 7:00pm 星期二 & 四 Tue & Thur 3:00pm - 5:00pm 星期六 Sat	陳兆昇 Chan Siu Sing
		(六 Sat)	4	11	18	25			
		(_ Tue)	4	11	18	25			
	2025年2月 Feb 2025	(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat)	1	8	15	22			
	2025年3月 Mar 2025	(_ Tue)	4	11	18	25			
		(四 Thur)	6	13	20	27			
		(六 Sat)	1	8	15	22	29		
元朗賽馬會壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Court (YLJCSC)	2025年1月 Jan 2025	(— Mon)	6	13	20	27	$\sqcup$	5:30pm - 7:30pm	
		( <u>=</u> Wed)	1	8	15	22	$\sqcup$		
		(六 Sat)	4	11	18	25	$\vdash\vdash$		
	2025年2月 Feb 2025	(- Mon)	3 5	10 12	17 19	24 26	$\vdash$		
		( <u>=</u> Wed)	1	12 8	19	26	$\vdash$		Lau Siu Nam
		(六 Sat) (一 Mon)	3	10	15	22	31		
	2025年3月	(≡ Wed)	5	12	17	26	31		
	Mar 2025	(三 wed) (六 Sat)	1	8	15	22	29	星期六 Sat	
		(/\ <b>3</b> dl)	<u> </u>	O	ıΰ	22	23		