

2022 / 2023 年度青苗壁球培訓計劃 - 第四階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2022 / 2023 – Phase 4 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	2023年1月 January 2023	(一 Mon)	9	16	30			4:30pm - 6:30pm 星期一 & 五 Mon & Fri	楊皓偉 Yeung Ho Wai
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(一 Mon)	6	13	20	27			
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2023年3月 March 2023	(一 Mon)	6	13					
			(五 Fri)	3	10	17				
H02	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2023年1月 January 2023	(三 Wed)	4	11	18			4:30pm - 6:30pm 星期三 & 五 Wed & Fri	羅浩賢 Lo Ho Yin
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(三 Wed)	1	8	15	22			
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2023年3月 March 2023	(三 Wed)	1	8	15				
			(五 Fri)	3	10					
H03	渣華道體育館 Java Road Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	15	29			2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	李德新 Raymond Li	
			(五 Fri)	20	27					
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26			
	(五 Fri)		3	10	17	24				
	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12			4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri		
		(五 Fri)	3	10	17	24	31			
2023年4月 April 2023		(日 Sun)	2							
H04	渣華道體育館 Java Road Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	29				11:00am - 1:00pm 星期日 Sun	周達志 Chow Tat Chi	
			(三 Wed)	18						
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26			
			(三 Wed)	1	8	15	22			
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12					5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed
			(三 Wed)	1	8	15	22	29		
2023年4月 April 2023	(日 Sun)	2	9							
H05	香港仔網球及壁球中心 Aberdeen Tennis & Squash Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29		2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	林天意 Lam Tin Yi	
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26			
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12					5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri
			(五 Fri)	3	10	17				

2022 / 2023 年度青苗壁球培訓計劃 - 第四階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2022 / 2023 – Phase 4 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	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	鄺于淳 Anson Kwong
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	12	19	26			4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	12	19							
		(五 Fri)	3	10	17	24	31			
K02	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	黃競傲 Wong King Ngo
			(四 Thur)	12	19	26				
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	12	19	26			5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	2	9	16	23			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	12	19	26						
		(四 Thur)	2	9	16	23	30			
K03	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	袁志豪 Lawson Yuen
			(四 Thur)	5	12	19	26			
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		4:30pm - 6:30pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	2	9	16	23			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12							
		(四 Thur)	2	9	16					
K04	官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	15	29				1:00pm - 3:00pm 星期日 Sun	梁志佳 Leung Chi Kai
			(三 Wed)	11	18					
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	1	8	15	22			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12							
		(三 Wed)	1	8	15	22	29			
2023年4月 April 2023	(日 Sun)	2								
K05	北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			4:30pm - 6:30pm 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12							
		(五 Fri)	3	10	17					
K06	(六 Sat) 官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre (三 Wed) 花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2023年1月 January 2023	(六 Sat)	7	14	28			4:00pm - 6:00pm 星期六 Sat	馮詠明 Fung Wing Ming
			(三 Wed)	11	18				4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
	2023年2月 February 2023	(六 Sat)	4	11	18	25		(六 Sat) 4:00pm - 6:00pm (三 Wed) 5:00pm - 7:00pm		
		(三 Wed)	1	8	15	22				
Po Kong Village Sports Centre 蒲崗村道體育館	2023年3月 March 2023	(六 Sat)	4	11	18					
		(三 Wed)	1	8	15	22				
K07	佛光街體育館 Fat Kwong Street Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			12:00nn - 2:00pm 星期日 Sun	馮詠明 Fung Wing Ming
			(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年2月 February 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12							
		(五 Fri)	3	10	17					

2022 / 2023 年度青苗壁球培訓計劃 - 第四階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2022 / 2023 – Phase 4 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	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre *Original Centre Wai Tsuen Sports Centre 蕙荃體育館	2022年12月 December 2022	(六 Sat)	31					11:30am - 1:30pm 星期六 Sat	商瑋晴 Seung Wai Ching
		2023年1月 January 2023	(六 Sat)	7	14					
		2023年2月 February 2023	(二 Tue)	3	10	17			5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
		2023年3月 March 2023	(六 Sat)	11	18	25				
		2023年3月 March 2023	(二 Tue)	7	14	21	28			
N02	Tseung Kwan O Sports Centre 將軍澳體育館	2023年1月 January 2023	(六 Sat)	7	14	28			11:00am - 1:00pm 星期六 Sat	林天意 Lam Tin Yi
		2023年2月 February 2023	(四 Thur)	5	12	19	26			
		2023年3月 March 2023	(六 Sat)	4	11	18	25		5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
				2023年3月 March 2023	(四 Thur)	2	9	16		
N03	小瀝源路遊樂場 Siu Lek Yuen Road Playground *Original centre Yuen Wo Road Sports Centre 源禾路體育館	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			1:00pm - 3:00pm 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
		2023年2月 February 2023	(三 Wed)	4	11	18				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12				4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
				2023年3月 March 2023	(三 Wed)	1	8	15		
N04	沙田賽馬會公眾壁球場 Shatin Jockey Club Public Squash Courts	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	15	29				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	萬子杰 Man Tsz Kit
		2023年2月 February 2023	(五 Fri)	13	20	27				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
				2023年3月 March 2023	(五 Fri)	3	10	17		
N05	大埔運動場壁球室 Tai Po Sportsground Squash Courts	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	29					2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	黎嘉傑 Lai Ka Kit
		2023年2月 February 2023	(五 Fri)	6	13	20	27			
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
				2023年3月 March 2023	(五 Fri)	3	10	17		
N06	友愛體育館 Yau Oi Sports Centre *Original centre Tuen Mun Butterfly Beach Sports Centre 賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	李耀祥 Victor Lee
		2023年2月 February 2023	(三 Wed)	4	11	18				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12				4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
				2023年3月 March 2023	(三 Wed)	1	8	15		
N07	青衣體育館 Tsing Yi Sports Centre	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			9:00am - 11:00am 星期日 Sun	楊翠芬 Michelle Yeung
		2023年2月 February 2023	(五 Fri)	13	20	27				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12	19	26		4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
				2023年3月 March 2023	(五 Fri)	3	10	17		
N08	元朗賽馬會壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Court *Original centre Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	15	29				8:00am - 10:00am 星期日 Sun	劉少南 Lau Siu Nam
		2023年2月 February 2023	(五 Fri)	13	20	27				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12				5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
				2023年3月 March 2023	(五 Fri)	3	10	17		
N09	(日 Sun) 元朗賽馬會壁球場 Yuen Long Jockey Club Public Squash Court (二 Tue) 大橋街市壁球場 Tai Kiu Market Squash (二 Tue) 楊屋道體育館 Yeung Uk Road Sports Centre *Original centre Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2023年1月 January 2023	(日 Sun)	8	15	29			5:00pm - 7:00pm 星期日 Sun	文健昌 Man Kin Cheong
		2023年2月 February 2023	(二 Tue)	10	17	31				
		2023年3月 March 2023	(日 Sun)	5	12				5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
				2023年3月 March 2023	(二 Tue)	7	14	21		