

2023 / 2024 年度青苗壁球培訓計劃 - 第一階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2023 / 2024 – Phase 1 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4月 Apr 2023	(一 Mon)	3	17	24			4:30pm - 6:30pm 星期一 & 五 Mon & Fri	楊皓偉 Yeung Ho Wai	
			(五 Fri)	14	21	28					
		2023年5月 May 2023	(一 Mon)	8	15	22	29				
			(五 Fri)	5	12	19					
		2023年6月 Jun 2023	(一 Mon)	12	19	26					
			(五 Fri)	2	16	23	30				
H02	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2023年4月 Apr 2023	(三 Wed)	12	19	26			4:30pm - 6:30pm 星期三 & 五 Wed & Fri	羅浩賢 Lo Ho Yin	
			(五 Fri)	14	21	28					
		2023年5月 May 2023	(三 Wed)	3	10	17	24	31			
			(五 Fri)	5	12	19					
		2023年6月 Jun 2023	(三 Wed)	14	21	28					
			(五 Fri)	2	16	23					
H03	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	9					2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun 4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	李德新 Raymond Li	
			(五 Fri)	14	21	28					
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28				
			(五 Fri)	5	12	19					
		2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
			(五 Fri)	2	9	16	23	30			
2023年7月 Jul 2023	(五 Fri)	7									
H04	渣華道體育館 Java Road Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(三 Wed)	12	19	26			11:00am - 1:00pm 星期日 Sun 5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed	周達志 Chow Tat Chi	
			(日 Sun)	7	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(三 Wed)	3	10	17	24	31			
			(日 Sun)	4	11	18					
		2023年6月 Jun 2023	(三 Wed)	7	14	21	28				
			(三 Wed)	5							
2023年7月 Jul 2023	(三 Wed)	5									
H05	香港仔網球及壁球中心 Aberdeen Tennis & Squash Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun 5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	林天意 Lam Tin Yi	
			(五 Fri)	7	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28				
			(五 Fri)	5	12	19	26				
		2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
			(五 Fri)	2	9	16					

2023 / 2024 年度青苗壁球培訓計劃 - 第一階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2023 / 2024 – Phase 1 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4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	鄺于淳 Anson Kwong
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	28			4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			
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4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	黃競傲 Wong King Ngo
			(四 Thur)	6	13	20	27			
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	28			5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	4	11	18	25			
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(四 Thur)	1	8	15	29				
K03	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	袁志豪 Lawson Yuen
			(四 Thur)	6	13	20	27			
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	4	11	18	25			
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(四 Thur)	1	8	15					
K04	官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	9					1:00pm - 3:00pm 星期日 Sun	梁志佳 Leung Chi Kai
			(三 Wed)	12	19	26				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	3	10	17	24	31		
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(三 Wed)	7	14	21	28				
K05	北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				4:30pm - 6:30pm 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			
K06	Po Kong Village Sports Centre 蒲崗村道體育館	2023年4月 Apr 2023	(六 Sat)	1					4:00pm - 6:00pm 星期六 Sat	馮詠明 Fung Wing Ming
			(三 Wed)	12	19	26				
		2023年5月 May 2023	(六 Sat)	6	13	20	27		5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	3	10	17	24	31		
2023年6月 Jun 2023	(六 Sat)	3	17							
		(三 Wed)	7	14	21	28				
2023年7月 Jul 2023	(三 Wed)	5								
K07	佛光街體育館 Fat Kwong Street Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				12:00nn - 2:00pm 星期日 Sun	劉媛章 Lau Wun Cheung
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18						
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			

2023 / 2024 年度青苗壁球培訓計劃 - 第一階段的訓練時間表

Young Athletes Squash Training Scheme 2023 / 2024 – Phase 1 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	2023年4月 Apr 2023	(六 Sat)	1					11:30am - 1:30pm 星期六 Sat	商瑋晴 Seung Wai Ching
			(二 Tue)	4	11	18	25			
		2023年5月 May 2023	(六 Sat)	6	13	20	27		5:00pm - 7:00pm 星期二 Thur	
			(二 Tue)	2	9	16	23	30		
	2023年6月 Jun 2023	(六 Sat)	3	17						
		(二 Tue)	6	13	20	27				
N02	Tseung Kwan O Sports Centre 將軍澳體育館	2023年4月 Apr 2023	(六 Sat)	1					11:00am - 1:00pm 星期六 Sat	何偉傑 Ho Wai Kit
			(四 Thur)	6	13	20	27			
		2023年5月 May 2023	(六 Sat)	6	13	20	27		5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur	
			(四 Thur)	4	11	18	25			
	2023年6月 Jun 2023	(六 Sat)	3	17						
		(四 Thur)	1	8	15	29				
	2023年7月 Jul 2023	(四 Thur)	6							
N03	源禾路體育館 Yuen Wo Road Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip
			(三 Wed)	12	19	26				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	3	10	17	24	31		
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(三 Wed)	7	14	21					
N04	沙田賽馬會公眾壁球場 Shatin Jockey Club Public Squash Courts	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	萬子杰 Man Tsz Kit
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			
N05	大埔運動場壁球室 Tai Po Sportsground Squash Courts	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	黎嘉傑 Lai Ka Kit
			(五 Fri)	7	14	21	28			
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19	26			
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(五 Fri)	2	9	16					
N06	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館 Tuen Mun Butterfly Beach Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	9					10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	李耀祥 Victor Lee
			(三 Wed)	12	19	26				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed	
			(三 Wed)	3	10	17	24	31		
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(三 Wed)	7	14	21	28				
N07	青衣體育館 Tsing Yi Sports Centre	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				9:00am - 11:00am 星期日 Sun	楊翠芬 Michelle Yeung
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			
N08	Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				9:00am - 11:00am 星期日 Sun	劉少南 Lau Siu Nam
			(五 Fri)	14	21	28				
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	5	12	19				
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(五 Fri)	2	9	16	23	30			
N09	Tin Shui Wai Sports Centre 天水圍體育館	2023年4月 Apr 2023	(日 Sun)	2	9				2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun	文健昌 Man Kin Cheong
			(二 Tue)	4	11	18	25			
		2023年5月 May 2023	(日 Sun)	7	14	21	28		5:00pm - 7:00pm 星期二 Tue	
			(二 Tue)	2	9	16	23	30		
	2023年6月 Jun 2023	(日 Sun)	4	11	18					
		(二 Tue)	6	13						