

2024 / 2025 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 2024 / 2025 – 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
			(一 Mon)	6	13	20	27			
H01	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2025年1月 Jan 2025	(一 Mon)	6	13	20	27		4:30pm - 6:30pm 星期一 & 五 Mon & Fri	楊皓偉 Yeung Ho Wai
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2025年2月 Feb 2025	(一 Mon)	3	17	24				
			(五 Fri)	7	21	28				
		2025年3月 Mar 2025	(一 Mon)	3	10	17				
			(五 Fri)	7	14	21				
H02	香港壁球中心 Hong Kong Squash Centre	2025年1月 Jan 2025	(三 Wed)	8	15	22		4:30pm - 6:30pm 星期三 & 五 Wed & Fri	羅浩賢 Lo Ho Yin	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2025年2月 Feb 2025	(三 Wed)	5	19	26				
			(五 Fri)	7	21	28				
		2025年3月 Mar 2025	(三 Wed)	5	12	19	26			
			(五 Fri)	7	14	21				
H03	Harbour Road Sport Centre 港灣道體育館	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5	12	19	26	2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun 4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	李德新 Raymond Li	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23			
			(五 Fri)	7	14	21	28			
		2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9					
			(五 Fri)	7	14					
H04	渣華道體育館 Java Road Sports Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	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	
			(三 Wed)	8	15	22				
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23			
			(三 Wed)	5	12	19	26			
		2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9	16				
			(三 Wed)	5	12	19				
H05	香港仔網球及壁球中心 Aberdeen Tennis & Squash Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5	12	19	26	2:00pm - 4:00pm 星期日 Sun 5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri	林天意 Lam Tin Yi	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23			
			(五 Fri)	7	14	21	28			
		2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9					
			(五 Fri)	7	14					

2024 / 2025 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 2024 / 2025 – 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	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	12	19				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	萬子杰 Man Tsz Kit
			(五 Fri)	17	24					
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23		4:30pm - 6:30pm 星期五 Fri	
			(五 Fri)	7	14	21	28			
2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9	16						
	(五 Fri)	7	14	21	28					
	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2025年4月 Apr 2025	(五 Fri)	11						
K02	九龍塘歌和老街壁球及乒乓球中心 Cornwall Street Squash and Table Tennis Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	12				10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	黃競傲 Wong King Ngo	
			(四 Thur)	9	16	23				
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23			5:00pm - 7:00pm 星期四 Thur
			(四 Thur)	6	13	20	27			
2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9	16						
	(四 Thur)	6	13	20	27					
2025年4月 Apr 2025	(四 Thur)	3								
K03	花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5	12	26		10:00am - 12:00nn 星期日 Sun	袁志豪 Lawson Yuen	
			(四 Thur)	2	9	16	23			
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	16			4:30pm - 6:30pm 星期四 Thur		
			(四 Thur)	6	13	20	27			
2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9	16						
	(四 Thur)	6	13	20	27					
K04	官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	12	19	26		1:00pm - 3:00pm 星期日 Sun	梁志佳 Leung Chi Kai	
			(三 Wed)	8	15	22				
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23	4:30pm - 6:30pm 星期三 Wed		
			(三 Wed)	5	12	19	26			
2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9	16						
	(三 Wed)	5	12	19						
K05	北河街體育館 Pei Ho Street Sports Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5	12	19	26	4:30pm - 6:30pm 星期日 Sun	葉浩倫 Danny Yip	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
		2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23	5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri		
			(五 Fri)	7	14	21	28			
2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9							
	(五 Fri)	7	14							
K06	Po Kong Village Sports Centre 蒲崗村道體育館	2025年1月 Jan 2025	(六 Sat)	11	18	25		4:00pm - 6:00pm 星期六 Sat	黎嘉傑 Lai Ka Kit	
			(三 Wed)	15	22					
		2025年2月 Feb 2025	(六 Sat)	1	8	15	22	5:00pm - 7:00pm 星期三 Wed		
			(三 Wed)	5	12	19	26			
2025年3月 Mar 2025	(六 Sat)	1	8	15	22					
	(三 Wed)	5	12	19						
K07	(日 Sun) 花園街體育館 Fa Yuen Street Sports Centre	2025年1月 Jan 2025	(日 Sun)	5	12	19	26	12:00nn - 2:00pm 星期日 Sun	劉媛章 Lau Wun Cheung	
			(五 Fri)	3	10	17	24			
	(五 Fri) 官涌體育館 Kwun Chung Sports Centre	2025年2月 Feb 2025	(日 Sun)	2	9	16	23	5:00pm - 7:00pm 星期五 Fri		
			(五 Fri)	7	14	21	28			
佛光街體育館 Fat Kwong Street Sports Centre	2025年3月 Mar 2025	(日 Sun)	2	9						
		(五 Fri)	7	14						

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