

TRAINING SCHEDULE 訓練時間表

	Morning Session 上午訓練時間	Afternoon Session 下午訓練時間
Mon 星期一	10:30 am - 12:30 pm 上午 10:30 - 下午 12:30	4:30 pm - 6:30 pm 下午 4:30 - 下午 6:30
Tue 星期二	10:30 am - 12:30 pm 上午 10:30 - 下午 12:30	4:30 pm - 6:30 pm 下午 4:30 - 下午 6:30
Wed 星期三	10:30 am - 12:30 pm 上午 10:30 - 下午 12:30	4:30 pm - 6:30 pm 下午 4:30 - 下午 6:30
Thu 星期四	10:30 am - 12:30 pm 上午 10:30 - 下午 12:30	4:30 pm - 6:30 pm 下午 4:30 - 下午 6:30
Fri 星期五	10:30 am - 12:30 pm 上午 10:30 - 下午 12:30	4:30 pm - 6:30 pm 下午 4:30 - 下午 6:30
Sat 星期六	10:00 am - 12:00 nn 上午 10:00 - 中午 12:00	-

* All the training will be held in the Hong Kong Sports Institute except for some special sessions arranged at the Hong Kong Squash Centre if necessary. 所有訓練將於香港體育學院進行，如有特別需要亦會安排於香港壁球中心進行訓練。