



## 2024年3月4日泳員家長通訊(將軍澳區)

### 一. 各組別泳隊之訓練時間如下：

組別	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	備註
泳隊	17:00 -20:00	17:00 - 19:00pm (3月4日)					各組請自備 8達通入場， 逢星期一 17:00 - 18:00 岸上 體能
預備組	18:00-19:00	16:00 -17:30pm				9-10:30am	

\*泳隊預備組需先進行水試，經甄選過後合乎資格者(能以自由泳及蛙泳游畢25米)才可參與。各新加入之泳員需繳付\$100入會費，多謝合作。

### 二. 請各泳員勤於出席訓練以確保進度：

組別	2024年3月4日(雙月學費)
預備組	\$1800(2天)/2000(2天以上)
泳隊	\$1800(2天)/\$2200 (2天以上)

三. (29/3, 30/3, 1/4, 4/4)本會所有組別之泳隊將暫停訓練。敬請留意。

四. 2/4為泳池清池日，當日17:00-18:00pm為體能訓練，敬請留意。

五. 各泳員請於每課帶備浮板、蛙掌、蛙鞋進行訓練。各泳員請於上課前10分鐘前抵達泳池門外集合。

六. 學員如需請病假、事假，請提早通知蘇教練(90175971)。

七. 本會網頁(<http://swordfishclubswimming.com>)，各家長及泳員可自行於網上查看比賽資料、每月通告等資料，歡迎提供寶貴意見。

查詢電話/whatsapp：90175971 (蘇教練)

電郵：[swordfishclubswimming@gmail.com](mailto:swordfishclubswimming@gmail.com)

**End**