



2026 年 9 月 10 月泳員家長通訊(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 -19:00	17:00 - 19:00pm (9 月 10 月)					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		16:00 -17:30pm (星期三除外)				9-11:00am	

* 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	2025 年 9 月 10 月(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. (26/9)中秋節 (1/10)國慶日 (19/10)重陽節 本會所有組別之泳隊 將暫停訓練。敬請留意。

四. (20/10)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 FB (Sword Fish Club Tesung Kwan 0) /IG (swordfishclubswimming)，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

End