

強生游泳會

5月泳隊訓練時間表(東涌)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			1 無訓練	2	3 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	4 5:30pm-7:30pm
5	6 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	7	8 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	9	10 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	11 5:30pm-7:30pm
12	13 無訓練	14	15 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	16	17 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	18 5:30pm-7:30pm
19	20 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	21	22 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	23	24 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	25 5:30pm-7:30pm
26	27 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	28	29 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	30	31 5:00pm-7:00pm 6:00pm-8:00pm	

***** 請於5月10日前繳交5、6月訓練費 *****

訓練費：(1) 每星期 4堂 \$750 /月

(2) 每星期 3 堂 \$650 /月 (須參加星期六之訓練課)

訓練費可入數致本公司戶口，請保留入數紙，或將劃線支票，於第一堂交給蘇教練 或 胡 Sir
中國銀行：強生游泳會有限公司(012-880001-36281)
匯豐銀行：強生游泳會(113-211536-001)

訓練時間：1) 精英隊 A隊：逢星期一、三、五 6:00pm-8:00pm

逢星期六 5:30pm-7:30pm

2) 精英隊 B隊：逢星期一、三、五、六 5:00pm-7:00pm

逢星期六 5:30pm-7:30pm

****** 請注意：5月1、13日 無訓練 ******

上無訓練的日期，泳員可在有訓練的日期內補回

訓練地點：東涌游泳池

負責教練：蘇Sir：5111-8185 胡Sir：6688-0051

訓練詳情請到本網站查看：<http://www.keungswimmingclub.com>

強生游泳會

28-4-2019