



## CYM 中青游泳隊(白鯊)訓練時間

組別	負責教練	陸上訓練時間	水上訓練時間
A 組, B 組	周新天教練	星期一至五 1630-1700	星期一至五 1700-1900, 星期日 0800-1000
C 組	李泳壕教練	星期二、四 1900-1930, 星期六 1400-1430	星期二、四 1930-2100 星期六 1430-1630, 星期日 0800-1000
D 組	李泳壕教練	星期二、四 1730-1800	星期二、四 1800-1930, 星期日 1000-1200
E 組	朱家威教練	星期六 1700-1730, 星期日 0930-1000	星期三 1900-2100 星期六 1730-1830, 星期日 1000-1200
S1 組	廖啟志教練		星期六 1830-1930, 星期日 1000-1130
S2 組	馮雅穎教練		星期五 1830-2000, 星期日 1000-1100
S3 組	李泳壕教練		星期六 1630-1730, 星期日 1200-1330
S4 組	馮雅穎教練		星期五 1700-1830, 星期日 1100-1200
S5 組	吳栢濂教練		星期一 1900-2000, 星期日 1130-1300

查詢及報名：請到九龍會所一樓詢問處或致電 2783 3636 與朱教練聯絡。