

# 羽毛球班 Badminton

上課地點 Venue：6/F

備註 Remarks：需自備球拍 Bring your own racket

查詢 Enquiry：2783 3636 (鍾俊洪 Mr Chung)

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exemption)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	名額 Quota			
週二羽毛球班 4904.01B.21001	藍巍教練 鄧燕珊助教	20/4/21 - 11/5/21	1900 - 2100	二 Tue	4	510	16 歲以上	10			
週二羽毛球班 4904.01B.21002		18/5/21 - 8/6/21	1900 - 2100	二 Tue		510					
週二晨早羽毛球健體班 4904.01C.21001		20/4/21 - 11/5/21	1030 - 1200	二 Tue		400					
週二晨早羽毛球健體班 4904.01C.21002		18/5/21 - 8/6/21	1030 - 1200	二 Tue		400					
週五羽毛球班 4904.01E.21001		30/4/21 - 21/5/21	1930 - 2130	五 Fri		510					
週五羽毛球班 4904.01E.21002		28/5/21 - 18/6/21	1930 - 2130	五 Fri		510					
週日幼兒羽毛球班 4904.01J.21001		9/5/21 - 30/5/21	1300 - 1430	日 Sun		400	5 - 8				
週日兒童羽毛球班 4904.01M.21001			1430 - 1600				9 - 12				
週日青少年羽毛球班 4904.01S.21001			1600 - 1730				13 - 16				
週日幼兒羽毛球班 4904.01J.21002			6/6/21 - 4/7/21 (13/6/21)				1300 - 1430		日 Sun	400	5 - 8
週日兒童羽毛球班 4904.01M.21002							1430 - 1600				9 - 12
週日青少年羽毛球班 4904.01S.21002							1600 - 1730				13 - 16
羽毛球運動員 C 班 4904.01F.21101	港羽羽毛球會	24/4/21 - 22/5/21 (1/5/21)		0900 - 1015	六 Sat	600	7/21 - 11 歲	7			
羽毛球運動員 B 班 4904.01F.21201			1015 - 1145	700		9 - 13 歲有半年訓練 以上 (經測試)					
羽毛球運動員 A 班 4904.01F.21301			1145 - 1330	900		9 歲以上, 曾是羽總 青苗, 青年軍, 銅章, 學校校隊 (經測試)	10				
羽毛球運動員 C 班 4904.01F.21102		29/5/21 - 19/6/21	0900 - 1015	六 Sat	600	7 - 11 歲	7				
羽毛球運動員 B 班 4904.01F.21202			1015 - 1145		700	9 - 13 歲有半年訓練 以上 (經測試)					
羽毛球運動員 A 班 4904.01F.21302			1145 - 1330		900	9 歲以上, 曾是羽總 青苗, 青年軍, 銅章, 學校校隊 (經測試)		10			

## 周日初級羽毛球訓練班

羽毛球基礎技術教學、戰術指導及簡單練習賽，打好基本技術根基，可達到更高水平。

? 查詢 Enquiry：2783 3620( 梁瑞恒 Terry Leung) 上課地點 Venue：6/F

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exception)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	名額 Quota
4904.01L.21001	林雪庭	11/4/21 - 30/5/21	2000-2130	日 Sun	8	1600	18歲或以上人士	8
4904.01L.21002		6/6/21 - 25/7/21						

## 周日初級羽毛球訓練班

羽毛球進階教學、戰術討論及練習賽，希望可讓學員突破自己，達到更高水平。

? 查詢 Enquiry：2783 3620( 梁瑞恒 Terry Leung) 上課地點 Venue：6/F

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exception)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	名額 Quota
4904.01L.21003	林鏗風	11/4/21 - 30/5/21	2000-2130	日 Sun	8	1600	18歲或以上人士	8
4904.01L.21004		6/6/21 - 25/7/21						

## 快樂籃球精英計劃 Basketball

- 專業團隊制定課堂內容
  - 兩位超過十年教學經驗的2級籃球教練
  - 持牌健身體能教練
- 教授傳(傳球)、運(運球)、射(射球)、步法及防守之基礎訓練，加上籃球知識及球例教授，為參加者打好基礎。
- 以球隊為目標，代表九龍會所出賽
- 個人成長及團隊精神訓練。

- Programme designed by professional team
  - Two Level-2 basketball coaches with 10+ years of experience.
  - Certificated fitness trainer
- Training on basic skills of passing, dribbling, shooting and defense, also rules and knowledge enrichment.
- Team training representing YMCA Kowloon Centre in competitions
- Personal growth and team-spirit building.

? 查詢 Enquiry：2783 3319 ( 余權鴻 Mr Sheh) 上課地點 Venue：6/F

! 備註 Remarks：學員須穿著適當運動衣服及不脫色運動鞋  
Students must wear sportswear and non-marking rubber-sole sports shoes.

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exception)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	名額 Quota	
U9 A班(男) 4904.03A.21001	余權鴻 黎漢威 戚鎮宇 李恒智 唐嘉儀 劉皓傑 余韻婷	12 - 26 /4/21	1700 - 1830	一 Mon	3	290	5 - 9 男會友	20	
U9 B班(男) 4904.03A.21002		1 - 29/4/21	1700 - 1830	四 Thu	5	480	5 - 9 男會友	20	
U12 (男) A班 4904.03B.21001		12 - 26 /4/21	1700 - 1830	一 Mon	3	290	10 - 12 男會友	10	
U12 (男) B班 4904.03B.21002		1 - 29/4/21	1700 - 1830	四 Thu	5	480	10 - 12 男會友	10	
U16 (男) 4904.03C.21001		12 - 26 /4/21	1830 - 2000	一 Mon	3	290	12 - 16 男會友	20	
U10 (女) 4904.03D.21001		13 - 27/4/21	1700 - 1830	二 Tue	3	290	5 - 10 女會友	20	
U16(女) 4904.03E. 21001		13 - 27/4/21	1700 - 1830	二 Tue	3	290	11 - 16 女會友	15	
青年軍 4904.03C. 21002		1 - 29/4/21	1830 - 2000	四 Thu	5	480	(代表隊) 須由教練推薦	15	
九龍會所男子隊 (U21) 4904.03T.21001		1 - 29/4/21	1830 - 2000	四 Thu	5	390		(代表隊) 須由教練推薦	20
九龍會所女子隊 4904.03T.21002		10 - 24/4/21	1815 - 1945	六 Sat	3	230			
九龍會所男子隊 (MO) 4904.03T.21003		12 - 26/4/21	2000 - 2200	一 Mon	3	290			

# 閃避球班 Dodgeball

? 查詢 Enquiry : 2783 3636 (鍾俊洪 Mr Chung)

課程編號 Course Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exemption)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	上課地點 Venue	名額 Quota
4904.26M.21001	黃志華教練	30/4/21 - 8/5/21 (1/5/21)	1330 - 1500	六 Sat	4	390	8 - 13 歲	6/F 主場館	16
4904.26M.21003		15/5/21 - 5/6/21							
4904.26M.21004		12/6/21 - 3/7/21							

# 足球班 Soccer

以遊戲形式教導小朋友基本足球技術，並著重安全及團隊精神

Basic soccer skills are taught through games, with the emphasis on safety and team spirit.

! 備註 Remarks : 最少 8 人開班 ? 查詢 Enquiry : 2783 3636 (鍾俊洪 Mr Chung)

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exemption)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	上課地點 Venue	名額 Quota
幼童小型足球班 4904.18F.21003	林思齊 教練 羅盛鴻 助教 曾進勇 助教 陳凱稀 助教	8/5/21 - 29/5/21	1500 - 1630	六 Sat	4	390	6 - 8	6/F 主場館	12
兒童小型足球班 4904.18F.21004			1630 - 1800				9 - 13		
幼童小型足球班 4904.18F.21005		5/6/21 - 26/6/21	1500 - 1630				6 - 8		
兒童小型足球班 4904.18F.21006			1630 - 1800				9 - 13		

# 小型網球班 Mini Tennis

! 備註 Remarks : 需自備球拍 Bring your own racket ? 查詢 Enquiry : 2783 3636 (鍾俊洪 Mr Chung)

課程編號 Course Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exemption)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	上課地點 Venue	名額 Quota
兒童小型網球班 4904.22J.21001	運動世家	9/5/21 - 30/5/21	1800 - 1900	日 Sun	4	600	5 - 9	6/F 主場館	7
小型網球親子班 4904.22J.21002			1900 - 2000				3 - 5 及 一位家長		
兒童小型網球班 4904.22J.21003		6/6/21 - 4/7/21 (13/6/21)	1800 - 1900				5 - 9		
小型網球親子班 4904.22J.21004			1900 - 2000				3 - 5 及 一位家長		

# 乒乓球班 Table Tennis

! 備註 Remarks : 需自備球拍 Bring your own racket ? 查詢 Enquiry : 2783 3636 (鍾俊洪 Mr Chung)

課程名稱及編號 Course Name & Code	導師 / 教練 Tutor / Coach	日期 (除外) Date(Exemption)	時間 Time	星期 Day	堂數 Sessions	費用 Fee	對象 Age	上課地點 Venue	名額 Quota
乒乓球訓練 A 班 4904.23E.21003	陳振宇教練 (乒乓球總會 中級教練)	14/5/21 - 4/6/21	1630 - 1800	五 Fri	4	400	6 - 8	6/F 主場館	10
乒乓球訓練 B 班 4904.23E.21004			1800 - 1930				9 - 13		
乒乓球訓練 A 班 4904.23E.21005		11/6/21 - 2/7/21	1100 - 1230				6 - 8		
乒乓球訓練 B 班 4904.23E.21006			0930 - 1100				9 - 14		
乒乓球初級班 4904.23J.21001	林錦堂教練 (乒乓球總會 中級教練)	9/5/21 - 30/5/21	1100 - 1230	日 Sun	4	400	6 - 8	6/F 主場館	10
乒乓球中級班 4904.23M.21001			0930 - 1100				9 - 14		
乒乓球初級班 4904.23J.21002		6/6/21 - 4/7/21 (13/6/21)	1100 - 1230				6 - 8		
乒乓球中級班 4904.23M.21002			0930 - 1100				9 - 14		