



## < 2017年 11、12月份成人悠游班時間表 >

### 課程宗旨：

本會主要為推廣游泳運動宗旨,提供一個優質環境,給本會成人會員一個自在健身悠游時段,直至達到持續強身健體的目標。

### 參加資格及規則:

- 1) 參加者必須是本會 在香港業餘游泳總會 之每年註冊為海豐游泳會先進組運動員。
- 2) 參加者自付香港業餘游泳總會 之每年度註冊費 HK\$100
- 3) 參加者必須自行在深水不停游畢 100 公尺 蛙式 或 自由式。
- 4) 參加者必須遵守泳池規則,一定要在本會租用時段內準時落水及離水。
- 5) 參加者必須一次過交 2個月月費。
- 6) 這課程本會只提供 租用泳線 (每泳線 15人為限) 如果有足夠泳線租用將會分快慢線由泳員自行選擇,本會只提供浮板給泳員使用,教練不會提供教授服務. 泳員必須左上右落循環游。

請各位泳員注意: 2017年12月23日星期六 至 2018年2月11日星期日  
2018年2月12日星期一 重新開放

### 2017 年 11月及 12月份 時間表

地點: 灣仔游泳池 室內 50 米暖水游泳池 (水深 2米)		
星期 一、三	下午 1 時至 2 時正	入場時間: 下午 12 時 45 分
11月1日 至 12月20日 暫停日期: 12月25及27日		
星期 一、三、五	星期 一、三、五	入場時間: 上午 7 時 45 分
11月1日 至 12月20日 暫停日期: 12月25及27日		

### 月費

每星期游 1次每個月費	HK\$110	多游另計每次 HK\$28	1次過交 2 個月
每星期游 2 次每個月費	HK\$200	多游另計每次 HK\$25	
每星期游 3次每個月費	HK\$300	多游另計每次 HK\$25	

歡迎有興趣參加人仕 免費試游 一次

參加者必須經過水試合格才可以參加  
參加者必須自行在深水游畢 100米蛙泳 或 自由泳

如果 天文台發出 8 號風球前一小時 泳班將會 取消。  
如果 天文台轉掛 3 號風球 兩 小時後 泳班將會恢復上課。

如有關泳班事宜 請致電本會電話: 90106508 林教練 查詢。