



## < 2023 年 3 月及 4 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) 參加者必須註冊 中國香港游泳總會 之2023-24年度之 先進組泳員。註冊費 HK\$100 (自付)
- 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 10 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。

### 2023 年 3 月 及 4 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、四	下午 12 時至 2 時正	入場時間:上午 11 時 45 分
星期 一、三、五	上午 8 時 至 9 時正	入場時間 :上午 7 時 45 分
	上午 9 時 至 10 時正	入場時間:上午 8 時 45 分
星期 日	上午 7 時至 9 時正	入場時間:上午 6 時 45 分
2023 年 3 月 5 日 及 4 月 2,5,7,16,23 日 灣仔游泳池比公眾假期或比賽租用,所以暫停上課。		
3 月及 4 月份月費		
每星期游 1 次每個月費	HK\$230	多游另計每次 HK\$42
每星期游 2 次每個月費	HK\$360	多游另計每次 HK\$42
每星期游 3 次每個月費	HK\$480	多游另計每次 HK\$42
每星期游 4 次每個月費	HK\$600	多游另計每次 HK\$42
單 1 次 游費用 每次 HK\$ 52		
參加者必須經過水試合資格才能正式參加		

在使用時間 天文台掛 8 號風球 泳池將會關閉

如有關泳班事宜 請致電本會 電話: 25538686 或 90106508 與本會職員查詢。