



## < 2024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) **參加者必須交** 2024年3月1日至25年3月31日年度 **之 海豐游泳會 年費。**
- 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。

### 2024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	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
2024 年 3月3,29日 及 4月1,14,21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。