



【3、4月份游泳隊訓練時間表2015】

注意事項

- 1) 4月3及6日為復活節假期，故所有課程暫停上課，這兩天只有港灣訓練池上午7時至9時正之中，高班訓練課照常上課。
- 2) 2月24日至4月15日因維多利亞公園游泳池進行每年例行維修，故所有課程更改於其他泳池上課。請留心時間表上課時間及地點。

港灣道暖水訓練池 (所有課程免費入場)			摩利臣山室內暖水游泳池 (所有課程免費入場)		
逢星期一、三、五	班別/組別	上課日期	逢星期一、三、五	班別/組別	上課日期
7:00 - 8:00	A、B、C、D、E	3月2日 - 4月29日	9:00 - 10:30	A、B、C、D、E	3月2日 - 4月29日
逢星期六	班別/組別	上課日期	維多利亞公園室內暖水游泳池 (所有課程免費入場)		
7:00 - 8:00	A、B、C、D、E	3月7日 - 4月25日	逢星期三、五	班別/組別	上課日期
8:00 ~ 10:00	A、B、C、D、E		16:00 - 17:00	B、C、D、E	4月15日 - 4月29日
14:00 - 15:30	C、D、E		逢星期一、三、五	班別/組別	上課日期
15:30 - 17:00			17:00 - 19:00	A、B、C、D、E	4月15日 ~ 4月29日
17:00 - 19:00	A、B				
逢星期日	班別/組別	上課日期	因鼓勵環保，故泳員可於本會網址上查閱時間 www.hoifungsc.com		
7:00 - 9:00	A、B、C、D、E	3月1日 - 4月26日			
上環中山紀念公園室內暖水游泳池 (所有課程免費入場)					
逢星期一、三、五	班別/組別	班別/組別			
17:00 - 19:00	A、B、C、D、E	3月2日 ~ 4月13日			
逢星期五	班別/組別	班別/組別			
19:30 - 21:00	C、D、E	3月6日 ~ 4月24日			
逢星期六	班別/組別	上課日期			
17:00 - 18:00	C、D、E	3月7日 ~ 4月25日			

特別事項:

- 1) 所有月費，一經報名、一律不設補課。除8號風球及黑色暴雨警告外。
- 2) 所有選為泳隊之新學員、選擇月費課程，必須繳付入會費HK\$300.00/一年【由每年9月1日開始至翌年8月31日止】。另如暫停繳付月費2個月或以上的泳隊學員將當作終止會籍，故在任何情況下再參加月費課程之泳隊學員、必須從新繳付入會費 HK\$300.00/一年。(2014年9月1日至2015年8月31日止)
- 3) 所有中途加入之繳付月費課程的舊泳隊及新泳隊學員都必須先繳付入會費HK\$300.00。
- 4) 所有海豐游泳會泳隊之泳員必須註冊(香港業餘游泳總會有限公司之競賽會員)如有詢問請電90106508林德明總教練。
- 5) 所有泳員是否有資格參加本會的泳隊，全部由本會挑選，而不能隨意參加。另如泳員一經本會挑選成為泳隊成員時、亦能隨意更改轉泳班費用、必須有充足理由以書面通知本會，敬請各家長及泳員注意。



HOI FUNG SWIMMING CLUB 海豐游泳會

泳隊費用

本會泳隊的訓練宗旨：

本會一貫宗旨以實際有效之系統性游泳訓練課程安排，嚴格要求合理之游泳技術及高質量訓練效果和保證以分門別類方式誠懇教學意念培訓游泳人才，令本會泳員比賽成績達全港最高水平。同時勉勵泳員要有以下、古語有云的精神：《一分耕耘、一分收穫》，《多勞多得》，之認真態度持續訓練為本。

如有疑問及特別之安排請電 90106508 林德明總教練。

3、4月份（2015年）泳隊月費		
泳隊	泳隊組(堂費)	每期費用HK\$1,000.00(8堂)、每堂上課時間以參加訓練為準。
A、B、C、D、E 組	精英泳隊 A 組	HK\$1,600.00 /每月(每星期可選擇上課7堂。參加資格請參閱組別分級。)
	精英泳隊 B 組	HK\$1,500.00 /每月(每星期可選擇上課5堂。參加資格請參閱組別分級。)
	精英泳隊 C 組	HK\$1,300.00 /每月(每星期可選擇上課4堂。參加資格請參閱組別分級。)
	泳隊預備班 D 組	HK\$1,100.00 /每月(每星期可選擇上課3堂。參加資格請參閱組別分級。)
	健身泳隊 E 組	HK\$900.00 /每月(每星期可選擇上課2堂。參加資格請參閱組別分級。)

注意:所有繳交月費之泳員必須在當月份內完成所有節數,決不能保留另一個月份使用(必須每次繳交 2個月月費)

組別分類:

- A組: 達本會精英泳隊泳員要求及參加資格 (每月保證參加 20 節上訓練時段之上之泳員但比賽成績達到香港業餘游泳總會每年舉辦之第二組參加資格之泳員)這組泳員為本會重點精英培訓之泳員。
- B組: 達本會精英泳隊泳員要求及參加資格 (每月不少於參加 20節以內訓練時段之上之泳員但比賽成績能達到香港業餘游泳總會每年舉辦之第二組分齡賽事參加資格之泳員，這組泳員為本會重點培訓之泳員。
- C組: 達本會正式泳隊泳員基本參加資格 (每月參加 14節以上訓練時段之上之泳員但比賽成績達到香港業餘游泳總會舉辦之第三組分齡賽事參加資格之泳員。
- D組: 未能達到本會精英組及正式泳隊泳員之資格而有興趣參加泳隊訓練的泳員每月不少於 10 節訓練,這組泳員為本會重點培訓之精英泳隊員之預備組之泳員。
- E組: 未能達到正式泳隊員基本資格已達到本會舉行之泳班之(高級班程度)，同時每星期參加4節訓練之有興趣泳隊訓練氣氛之泳員,加上本會之教練在每節訓練課都以強身健體為主要求泳員服從紀律完成。

注意事項:

1. 已付之學費在任何情況下，恕不退回。如果請假必須出示醫生紙，及以書面傳真 致 Fax No.: 28141857 或 致電 Tel: 90106508 林德明 總教練，才作實請假。
2. 所有交堂數之課程，每期只能請假一堂，同時請於第8堂之前補回；恕不能順延堂數，逾期不補當作廢和放棄。預約補堂請致電 Tel: 90106508 林教練，補堂時間由本會確實為準，不能隨意出席。
3. 為確保訓練質量保證，敬請各家長注意不能沒有知會本會而擅自更改上課訓練時間，本會有權要求泳員離開及不許上課。
4. 為確保善用資源及訓練人數控制敬請所有新生及舊生泳員請預早填妥報名表格連同支票學費郵寄致 Flat H, 7/F, Blk 17, South Horizons, Ap Lei Chau, Hong Kong 林教練收啟，另請先傳真報名表格致 Fax No: 28141 857 。
5. 如以支票繳費抬頭請寫【海豐游泳學院】【Hoi Fung Swimming College】或【林德明】【LUM TAK MING】。
6. 如需要購買保暖衣（價錢為HK\$320 /一件）、泳會布帽（價錢為HK\$50 / 一頂）、泳會膠帽（價錢為HK\$50 / 一頂）泳會T-Shirt（價錢為HK\$70 / 一件）及泳會比賽厚Jacket（價錢為HK\$250 / 一件）、泳會比賽風褸（價錢為HK\$160 / 一件）、請致電話90106508林德明教練定購。