

2019 年 2 月九龍公園泳隊通告

1. 訓練時間表 - 九龍公園泳池 (室內主池)

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					1 4-7pm※	211-1pm 5-7pm※
311-1pm 5-7pm	4 4-7pm※	5 休息	6 休息	7 休息	8 4-7pm※	911-1pm 5-7pm※
1011-1pm 5-7pm	11 4-6pm	12☆ 4-6pm	13 4-6pm	14 4-7pm※	15 4-6pm	1611-1pm 5-7pm※
1711-1pm 5-7pm	18 4-6pm	19☆ 4-6pm	20 4-6pm	21 4-7pm※	22 4-6pm	2311-1pm 5-7pm※
2411-1pm 5-7pm	25 4-6pm	26☆ 4-6pm	27 4-6pm	28 4-7pm※		

備註： ☆表示第一小時作體能訓練，泳員須穿著波鞋出席

※表示 6-7pm 於 L2 訓練池訓練

△表示當天訓練於深水埗公園泳池進行

◎表示當天訓練於荔枝角公園泳池(美孚站)進行

◇表示當天訓練於觀塘游泳池進行

#表示當天訓練於李鄭屋游泳池進行

(長沙灣地鐵站 A2 出口一直前行約 7 分鐘)

訓練時間或會有更改，請各泳員及家長留意本會網頁(<http://kcd.org.hk>)或 facebook 專頁的最新消息。

2. 泳員通訊

- 泳員必須準時出席訓練，如遲到超過 15 分鐘者，必須通知教練。
- 如泳員未能出席訓練必須向教練請假，在未有通知情況下請假超過一個月將當作非註冊泳員。
- 有關請假事宜請聯絡：張 Sir: 6346-8881

