



聖保羅書院 摩理臣山 維多利亞公園 灣仔 堅尼地城  
屯門西北 粉嶺 大埔東昌 觀塘 摩士公園



合辦  
Sun Yip Swimming Club

# 三至四月 游泳班章程

香港 九龍 新界

HVAA

報名查詢



一般泳班



聖保羅專線

# 2022年香港公開游泳錦標賽女子組亞軍及團體總季軍 〈中國香港游泳總會〉全港屬會排名首三位

## 泳班架構



### 第一級

#### 自由泳

水中換氣，浮身技巧，基本自由泳打腿及划手動作，使用浮板配合自由泳腳動作及呼吸

### 第二級

#### 自由泳

使用浮板配合自由泳划手和打腿動作及呼吸，能完成短距離自由泳

### 第三級

#### 自由泳/背泳

加強自由泳技術及動作，基本背泳打腿及划手，使用浮板配合背泳划手和打腿

### 第四級

#### 自由泳/背泳/蛙泳

加強自由泳及背泳技術及動作，基本蛙腳及蛙手動作，使用浮板配合蛙泳腳動作及呼吸，學習基本跳水動作

### 第五級

#### 自由泳/背泳/蛙泳

加強自由泳及背泳技術，蛙手及蛙腳動作與呼吸配合，學習踩水動作

### 第六級

#### 四式練習

背泳及蛙泳技術，基本蝶腳及蝶手動作，使用浮板配合蝶泳腳動作及呼吸，蝶手及蝶腳動作與呼吸配合

### 第七級

#### 四式訓練

加強四式技巧，學習四式起跳及轉身動作基本速度訓練



## 游泳班報名表

#請保留此章程作參考用途

姓名：\_\_\_\_\_ 年齡：\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_ 監護人/家長姓名：\_\_\_\_\_ 關係：\_\_\_\_\_

就讀學校/機構：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_ 組別：\*幼兒班/兒童班/成人班/女子專屬成人班

參加課程編號：\_\_\_\_\_ 參加時間：\_\_\_\_\_ (首選) \_\_\_\_\_ (次選)

游泳能力：\*由教練評判/不懂游泳/曾學游泳/能掌握\_\_\_\_種泳式並能完成50米

所扣減之堂數：\_\_\_\_\_ (如適用)

聲明：

\*本人同意小兒/小女參加貴會主辦之泳班，並聲明其身體狀況適合游泳。

本人當緊守貴會所訂明的規例及同意子女在練習期間服從教練指示，並同意不會因參加任何在上課期間所蒙受的身體傷亡及財物損失而向貴會及職員作金錢上或其他方面的賠償要求。

報名方法：

1. 請填妥以上報名表格，並連同劃線支票或現金交給本會職員，

支票抬頭請寫上：愉園體育會有限公司

2. 填妥報名表後，WhatsApp到6535 3628

報名  
查詢



一般泳班



聖保羅專線

# 聖保羅書院

## ST. PAUL'S COLLEGE

📍 半山般咸道69號



★ 全新室內專池 ★ 全年恆溫 ★ 設家長觀眾席

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-兒童班	費用-幼兒班
SPC0304-5	6/3 - 24/4	五	1600-1700	8	\$2000	\$2240
			1700-1800		\$2000	\$2240
			1800-1900		\$2000	\$2240
			1900-2000		\$2000	\$2240
SPC0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$2000	\$2240
			1000-1100		\$2000	\$2240
			1100-1200		\$2000	\$2240
			1200-1300		\$2000	\$2240
			1300-1400		\$2000	\$2240
			1400-1500		\$2000	\$2240
			1500-1600		\$2000	\$2240
			1600-1700		\$2000	\$2240
			1700-1800		\$2000	\$2240
			1800-1900		\$2000	\$2240
			1900-2000		\$2000	\$2240
SPC0304-7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$2250	\$2520
			1000-1100		\$2250	\$2520
			1100-1200		\$2250	\$2520
			1200-1300		\$2250	\$2520
			1300-1400		\$2250	\$2520
			1400-1500		\$2250	\$2520
			1500-1600		\$2250	\$2520
			1600-1700		\$2250	\$2520

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

報名  
查詢



一般泳班



聖保羅專線

# 聖保羅書院

## ST. PAUL'S COLLEGE

📍 半山般咸道69號



## 成人班

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-成人班
SPC0304-A6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$1440
SPC0304-A7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$1620

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

報名  
查詢



一般泳班

聖保羅專線

# 摩理臣山

## MORRISON HILL

📍 湾仔愛群道7號



摩理  
地圖

課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用-兒童班
MH0304-1	2/3 - 27/4 (6/4 除外)	一	1700-1800	8	\$1120
			1800-1900		\$1040
MH0304-2	3/3 - 28/4 (7/4 除外)	二	1600-1700	8	\$1040
			1700-1800		\$1120
			1800-1900		\$1040
MH0304-3	4/3 - 29/4	三	1700-1800	9	\$1260
			1800-1900		\$1170
MH0304-4	5/3 - 30/4	四	1600-1700	9	\$1170
			1700-1800		\$1260
			1800-1900		\$1170
MH0304-5	6/3 - 24/4 (3/4 除外)	五	1600-1700	7	\$910
			1700-1800		\$980
			1800-1900		\$910
MH0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$1040
			1000-1100 <sup>#</sup>		\$1120
			1100-1200 <sup>#</sup>		\$1120
			1200-1300		\$1120
			1600-1700		\$1040
MH0304-7	1/3 - 26/4	日	1700-1800	9	\$1120
			1000-1100		\$1170
			1100-1200		\$1170
			1200-1300		\$1260

課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用-競賽班
MH0304-A	2/3 - 29/4 (3/4, 6/4 除外)	一三五	1700-1900	/	\$3200/2個月
MH0304-B	3/3 - 30/4 (7/4 除外)	二四六	二四 1700-1900 (摩理臣山) 六 1300-1500 (灣仔)	/	\$3200/2個月

\* [MH0304-6] 4/4是公眾假期，當天只有1200-1300及1700-1800設有專線

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

# 維多利亞公園

## VICTORIA PARK

📍 銅鑼灣興發街1號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用- 兒童班	費用- 幼兒班	費用- 成人班
VP0304-2	3/3 - 28/4 (7/4 除外)	二	0900-1000	8	/	\$1440	\$1200
			1000-1100		/	\$1440	\$1200
			1600-1700		\$1040	\$1440	/
			1700-1800		\$1120	\$1520	/
			1800-1900		\$1040	\$1440	/
VP0304-3	4/3 - 29/4	三	0900-1000	9	/	\$1620	\$1350
			1700-1800		\$1260	\$1710	/
VP0304-4	5/3 - 30/4	四	1600-1700	9	\$1170	\$1620	/
			1700-1800		\$1260	\$1710	/
VP0304-5	6/3 - 24/4 (3/4 除外)	五	1600-1700	7	\$910	\$1260	/
			1700-1800		\$980	\$1330	/
			1800-1900		\$910	\$1260	/
			1900-2000		\$980	\$1330	/
VP0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$1040	\$1440	/
			1000-1100 <sup>#</sup>		\$1120	\$1520	/
			1100-1200		\$1040	\$1440	/
			1200-1300		\$1120	\$1520	/
VP0304-7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$1170	\$1620	/
			1000-1100		\$1170	\$1620	/
			1100-1200		\$1170	\$1620	/
			1200-1300		\$1260	\$1710	/

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-親子班
VP0304-3PB	4/3 - 29/4	三	1000-1100	9	\$2250

\*\*20/2 - 21/4 維多利亞公園游泳池年度維修，上課地點改在摩理臣山游泳池，時間不變\*\*

<sup>#</sup> [VP0304-6] 4/4是公眾假期，當天只有1200-1300設有專線

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

聖保羅書院 摩理臣山 維多利亞公園 灣仔 堅尼地城  
屯門西北 粉嶺 大埔東昌 觀塘 摩士公園

# 維多利亞公園

## VICTORIA PARK

📍 銅鑼灣興發街1號



課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-競賽班
VP0304-PT	3/3 - 30/4 (7/4除外)	二四六	二四 1800-1930 六 1100-1230	/	\$3200/2個月

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-成人班
VP0304-A	2/3 - 29/4 (6/4 除外)	一三	一 0800-0900 三 0900-1000	/	\$1200/2個月(1日) \$2000/2個月(2日)

\*\*20/2 - 21/4 維多利亞公園游泳池年度維修，上課地點改在摩理臣山游泳池，時間不變\*\*

\* [VP0304-6] 4/4是公眾假期，當天只有1200-1300設有專線

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

# 灣仔

## WAN CHAI

📍 灣仔港灣道27號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用-兒童班
WC0304-6	7/3 - 25/4	六	1300-1400 1400-1500	8	\$1120 \$1120

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

# 堅尼地城

## KENNEDY TOWN

📍 堅尼地城西祥街北2號



課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-兒童班
KEN0304-1	2/3 - 27/4 (6/4除外)	一	1500-1600	8	\$1040
			1600-1700		\$1120
			1700-1800		\$1120
			1800-1900		\$1040
			1900-2000		\$1040
			2000-2100		\$1040
KEN0304-2	3/3 - 28/4 (7/4除外)	二	1500-1600	8	\$1040
			1600-1700		\$1120
			1700-1800		\$1120
			1800-1900		\$1040
			1900-2000		\$1040
			2000-2100		\$1040
KEN0304-3	4/3 - 29/4	三	1700-1800	9	\$1260
			1800-1900		\$1170
			1900-2000		\$1170
			2000-2100		\$1170
KEN0304-4	5/3 - 30/4	四	1500-1600	9	\$1170
			1600-1700		\$1260
			1700-1800		\$1260
			1800-1900		\$1170
			1900-2000		\$1170
			2000-2100		\$1170
KEN0304-5	6/3 - 24/4 (3/4除外)	五	1400-1500	7	\$910
			1500-1600		\$910
			1600-1700		\$980
			1700-1800		\$980
			1800-1900		\$910
			1900-2000		\$980
			2000-2100		\$980

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

# 堅尼地城

## KENNEDY TOWN

📍 堅尼地城西祥街北2號



課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-兒童班
KEN0304-6	7/3 - 25/4 (4/4除外)	六	0800-0900	7	\$910
			0900-1000		\$980
			1000-1100		\$910
			1100-1200		\$910
			1200-1300		\$980
			1400-1500		\$910
			1500-1600		\$910
			1600-1700		\$910
			1700-1800		\$980
			1800-1900		\$910
			1900-2000		\$910
			0900-1000	9	\$1170
			1000-1100		\$1170
			1100-1200		\$1170
			1200-1300		\$1260
KEN0304-7	1/3 - 26/4	日			

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

報名  
查詢



一般泳班 聖保羅專線

# 屯門西北

## TUEN MUN NORTH WEST

📍 屯門鳴琴路95號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用- 兒童班	費用- 幼兒班
NW0304-1	2/3 - 27/4 (6/4 除外)	一	1600-1700	8	\$960	\$1360
			1700-1800		\$960	\$1360
NW0304-5	6/3 - 24/4 (3/4 除外)	五	1600-1700	7	\$840	\$1190
			1700-1800		\$840	\$1190
NW0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$960	\$1360
			1000-1100		\$960	\$1360
			1100-1200		\$960	\$1360
			1200-1300		\$1040	\$1040
			1400-1500		\$960	\$1360
			1500-1600		\$960	\$1360
			1600-1700		\$960	\$1360
			1700-1800		\$960	\$1360
			0900-1000	9	\$1080	\$1530
			1000-1100		\$1080	\$1530
NW0304-7	1/3 - 26/4	日	1100-1200		\$1080	\$1530
			1200-1300		\$1170	\$1620
			1400-1500		\$1080	\$1530
			1500-1600		\$1080	\$1530
			1600-1700		\$1080	\$1530

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-成人班
NW0304-A	2/3 - 26/4 (3/4, 6/4 除外)	一五	0900-1000	/	\$600/月
			1000-1100		\$600/月

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

聖保羅書院 摩理臣山 維多利亞公園 灣仔 堅尼地城  
屯門西北 粉嶺 大埔東昌 觀塘 摩士公園

# 屯門 TUEN MUN



📍 屯門龍門路54號 (屯門康樂體育中心內)

\*\*5-6月份屯門區將新增設屯門游泳池游泳課程\*\*

# 粉嶺 FANLING

📍 粉嶺新運路73號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用- 兒童班	費用- 幼兒班
FL0304-6	7/3 - 25/4	六	1200-1300	8	\$1040	\$1440
			1300-1400		\$960	\$1360
			1400-1500		\$960	\$1360
			1500-1600		\$960	\$1360
			1600-1700		\$960	\$1360
			1700-1800		\$960	\$1360
FL0304-7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$1080	\$1530
			1000-1100		\$1080	\$1530
			1100-1200		\$1080	\$1530
			1200-1300		\$1170	\$1620

- 課程名額先到先得，每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費（並不包括家長入場費）
- 每期只可補課一堂，並必須於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排

# 大埔東昌

## TAIPO

📍 大埔東昌街康體大樓1樓



課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-兒童班	費用-幼兒班
TP0304-6	7/3 - 25/4	六	1300-1400	8	\$960	\$1360
			1400-1500		\$960	\$1360
			1500-1600		\$960	\$1360
			1600-1700		\$960	\$1360
			1700-1800		\$960	\$1360
TP0304-7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$1080	\$1530
			1000-1100		\$1080	\$1530
			1100-1200		\$1080	\$1530

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

# 觀塘

## KWUN TONG



📍 九龍觀塘翠屏道2號

課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用-兒童班	費用-幼兒班
KT0304-5	6/3 - 24/4 (3/4 除外)	五	1600-1700	7	\$840	\$1190
			1700-1800		\$840	\$1190

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

# 觀塘

## KWUN TONG

📍 九龍觀塘翠屏道2號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用- 兒童班	費用- 幼兒班
KT0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$960	\$1360
			1000-1100		\$960	\$1360
			1100-1200		\$960	\$1360
			1200-1300		\$1040	\$1440
			1400-1500		\$960	\$1360
			1500-1600		\$960	\$1360
			1600-1700		\$960	\$1360
			1700-1800		\$960	\$1360
KT0304-7	1/3 - 26/4	日	0900-1000	9	\$1080	\$1530
			1000-1100		\$1080	\$1530
			1100-1200		\$1080	\$1530
			1200-1300		\$1170	\$1620
			1400-1500		\$1080	\$1530
			1500-1600		\$1080	\$1530
			1600-1700		\$1080	\$1530

課程編號	日期	星期	時間	堂數	費用-深造班
KT0304-6	7/3 - 25/4	六	1130-1300	8	\$1440

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

報名  
查詢



一般泳班

聖保羅專線

# 摩士公園

## MORSE PARK

📍 九龍黃大仙鳳舞街80號



課程編號	日期	星期	時間 (黃色為專線)	堂數	費用- 兒童班	費用- 幼兒班
MP0304-6	7/3 - 25/4	六	0900-1000	8	\$960	\$1360
			1000-1100		\$960	\$1360
			1100-1200		\$960	\$1360
			1200-1300		\$1040	\$1440
			1400-1500		\$960	\$1360
			1500-1600		\$960	\$1360
			1600-1700		\$960	\$1360
			1400-1500	9	\$1080	\$1530
MP0304-7	1/3 - 26/4	日	1500-1600		\$1080	\$1530
			1600-1700		\$1080	\$1530

\*\*16/4 - 5/6 摩士公園游泳池室內副池年度維修，課堂將安排到室外習泳池進行\*\*

- 課程名額先到先得, 每班額滿即止
- 所有課程已包學員入場費 (並不包括家長入場費)
- 每期只可補課一堂, 並必須於該期內完成補堂, 請與該區主管教練聯絡作安排

報名  
查詢



一般泳班



聖保羅專線

## 注意事項

1. 決班報名成功後不再作另行通知，請按照所報班別之時間和地點，帶齊適當的泳具，包括泳衣、褲、泳鏡、毛巾、拖鞋等。
2. 每次上課時必須戴上本會泳帽，泳帽會於第一堂派發，如遺失必需購買（\$30）。
3. 請各學員於上課前10分鐘到達泳池門口等候，逾時不候。（已包入場費，逾時需自費入場）
4. 本會著重安全第一，因此參加者必須遵守學員守則，聽從教練指示，未經許可不得上水或下水，違規者將勒令即時退出，所繳費用不獲發還。
5. 如學員蒙受任何身體損傷或財物損失，本會概不負責。
6. 課程名額是先到先得，除課程滿額或取消外，一切已繳費用，概不退還，亦不得轉讓他人或作其他用途。
7. 如遇特別情況，本會保留更改課程原定導師、上課時間及地點之權利。
8. 每期只可補課一堂，並必與於該期內完成補堂，請與該區主管教練聯絡作安排。
9. 上課時需根據政府當時的疫情管制條例。
10. 如有需要可向職員申請修業證書（免費）或游泳成績證明信（\$100）。
11. 專線或專池時段因泳池實際情況而有所改動，恕不另行通知。

## 惡劣天氣課堂安排

	 雷暴 Thunderstorm	 Amber 黃 Amber	 T1	 T3	 Red 紅 Red	 Black 黑 Black	 SE 東南 SE	 X9	 +10
室內游泳池	課堂照常				課堂取消*				
室外游泳池	課堂照常#				課堂取消*				

\*信號生效前2小時及之後的課堂將會取消，不設補堂。當天文台除下信號後2小時及其後的課堂將會回復正常。

#如室外游泳池因雷暴警告不適宜下水，教練會安排陸上有蓋位置作陸上練習，並不設補堂。

## 游泳用品優惠

在WaterSport購買游泳用品，提供本會電話可獲85折優惠!

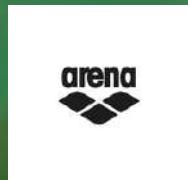
地址：（請留意WaterSport Facebook）

合作夥伴



Starlight

贊助



Arena



Ariman



Watersports



怡寶

## 報名查詢

一般泳班



聖保羅專線



[www.hvaa.com.hk](http://www.hvaa.com.hk)



@hvaa.swimming



6535 3628 / 6535 3631