



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



April 四月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
					1 1800-2000 城門谷游泳池	2
3	4 Public Holiday 公眾假期	5 1830-2030 葵盛游泳池	6 1830-2030 城門谷游泳池	7 1830-2030 葵盛游泳池	8 1800-2000 城門谷游泳池	9
10	11 1830-2030 城門谷游泳池	12 1830-2030 葵盛游泳池	13 1800-2000 城門谷游泳池	14 1830-2030 葵盛游泳池	15 1800-2000 城門谷游泳池	16
17	18 1830-2030 城門谷游泳池	19 1830-2030 葵盛游泳池	20 1800-2000 城門谷游泳池	21 1830-2030 葵盛游泳池	22 1800-2000 城門谷游泳池	23
24	25 1830-2030 城門谷游泳池	26 1830-2030 葵盛游泳池	27 1800-2000 城門谷游泳池	28 1830-2030 葵盛游泳池	29 1830-2030 城門谷游泳池	30



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



May 五月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
1	2 Public Holiday 公眾假期	3 1830-2030 葵盛游泳池	4 1830-2030 城門谷游泳池	5 1830-2030 葵盛游泳池	6 1830-2030 城門谷游泳池	7
8	9 1830-2030 城門谷游泳池	10 1830-2030 葵盛游泳池	11 1830-2030 城門谷游泳池	12 1830-2030 葵盛游泳池	13 1830-2030 城門谷游泳池	14
15	16 1830-2030 城門谷游泳池	17 1830-2030 葵盛游泳池	18 1830-2030 城門谷游泳池	19 1830-2030 葵盛游泳池	20 1830-2030 城門谷游泳池	21
22	23 1830-2030 城門谷游泳池	24 1830-2030 葵盛游泳池	25 1830-2030 城門谷游泳池	26 1830-2030 葵盛游泳池	27 1830-2030 城門谷游泳池	28
29	30 1830-2030 城門谷游泳池	31 1830-2030 葵盛游泳池				



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



June 六月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
			1 1830-2030 城門谷游泳池	2	3 1830-2030 城門谷游泳池	4
5	6 1830-2030 城門谷游泳池	7 1830-2030 葵盛游泳池	8 1830-2030 城門谷游泳池	9 Public Holiday 公眾假期	10 1830-2030 城門谷游泳池	11
12	13 1830-2030 城門谷游泳池	14 TBC	15 1830-2030 城門谷游泳池	16 1830-2030 葵盛游泳池	17 1830-2030 城門谷游泳池	18
19	20 1830-2030 城門谷游泳池	21 1830-2030 葵盛游泳池	22 1830-2030 城門谷游泳池	23 1830-2030 葵盛游泳池	24 1830-2030 城門谷游泳池	25
26	27 1830-2030 城門谷游泳池	28 1830-2030 葵盛游泳池	29 1830-2030 城門谷游泳池	30 1830-2030 葵盛游泳池		



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



July 七月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
					1 Public Holiday 公眾假期	2
3	4 1830-2030 城門谷游泳池	5 1830-2030 葵盛游泳池	6 1830-2030 城門谷游泳池	7 1830-2030 葵盛游泳池	8 1830-2030 城門谷游泳池	9
10	11 1830-2030 城門谷游泳池	12 1830-2030 葵盛游泳池	13 1830-2030 城門谷游泳池	14 1830-2030 葵盛游泳池	15 1830-2030 城門谷游泳池	16
17	18 1830-2030 城門谷游泳池	19 1830-2030 葵盛游泳池	20 1830-2030 城門谷游泳池	21 1830-2030 葵盛游泳池	22 1830-2030 城門谷游泳池	23
24	25 1830-2030 城門谷游泳池	26 1830-2030 葵盛游泳池	27 1830-2030 城門谷游泳池	28 1830-2030 葵盛游泳池	29 1830-2030 城門谷游泳池	30
31						



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



August 八月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
	1 1830-2030 城門谷游泳池	2 1830-2030 葵盛游泳池	3 1830-2030 城門谷游泳池	4 1830-2030 葵盛游泳池	5 1830-2030 城門谷游泳池	6
7	8 1830-2030 城門谷游泳池	9 1830-2030 葵盛游泳池	10 1830-2030 城門谷游泳池	11 1830-2030 葵盛游泳池	12 1830-2030 城門谷游泳池	13
14	15 1830-2030 城門谷游泳池	16 1830-2030 葵盛游泳池	17 1830-2030 城門谷游泳池	18 1830-2030 葵盛游泳池	19 1830-2030 城門谷游泳池	20
21	22 1830-2030 城門谷游泳池	23 1830-2030 葵盛游泳池	24 1830-2030 城門谷游泳池	25 1830-2030 葵盛游泳池	26 1830-2030 城門谷游泳池	27
28	29 1830-2030 城門谷游泳池	30 1830-2030 葵盛游泳池	31 1830-2030 城門谷游泳池			



青苗游泳培訓計劃 2016-17 (第一階段)
由香港業餘游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助
荃灣區訓練時間表



September 九月 / 2016						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
				1 1830-2030 葵盛游泳池	2 1800-2000 城門谷游泳池	3
4	5 1830-2030 城門谷游泳池	6 1830-2030 葵盛游泳池	7 1800-2000 城門谷游泳池	8 1830-2030 葵盛游泳池	9 1800-2000 城門谷游泳池	10
11	12 1830-2030 城門谷游泳池	13 1830-2030 葵盛游泳池	14 1800-2000 城門谷游泳池	15 1830-2030 葵盛游泳池	16 Public Holiday 公眾假期	17
18	19 1830-2030 城門谷游泳池	20 1830-2030 葵盛游泳池	21 1800-2000 城門谷游泳池	22 1830-2030 葵盛游泳池	23 1800-2000 城門谷游泳池	24
25	26 1830-2030 城門谷游泳池	27 1830-2030 葵盛游泳池	28 1800-2000 城門谷游泳池	29 1830-2030 葵盛游泳池	30 1800-2000 城門谷游泳池	