

天保民學生參與 HKSAPID 訓練班一覽表 (2025 年 7 月 17 日更新)

| HKSAPID 訓練班名稱     | 日 期   | 星 期                     | 時 間                              | 地 點                     | 學生姓名  |
|-------------------|---|-------------------------|----------------------------------|-------------------------|---|
| 游泳 B 隊            | 7 月 8 月   | 星期一至五<br>星期六(10am-12nn) |                                  | 摩士_2-4pm<br>荔枝角泳池_3-5pm | B12 鄭穎汶   |
| 游泳新星 1 班          | 7 月 8 月   | 星期一 三 五                 | 4:00-6:00pm                      | 李鄭屋/九龍公園游泳池             | B2 吳貝怡  |
| 滑冰初級訓練班           | 7 月 23,30 日 8 月 6,13,20,27 日  | 星期三                     | 3:00pm-5:00pm                    | 九龍塘會閱讀室<br>(體能訓練)       | B6 黎思在  |
| 花樣滑冰技術改良班<br>(冰舞) | 7 月 21,28 日 8 月 4,11,18 日   | 星期一                     | 2:00pm-4:00pm                    | 九龍塘會閱讀室<br>(體能訓練)       | B12 黃啟軒 B11 范卓文 B8 Shane  |
| 花樣滑冰技術改良班         | 暫沒有訓練   | 星期三                     | 9:30am-11:30am                   | 又一城歡天雪地                 | B12 黃啟軒 B11 范卓文 B8 Shane  |
| 速度滑冰技術改良班         | 7 月 17,24,31 日 8 月 7,14,21 日  | 星期四                     | 4:00pm-6:00pm                    | 九龍塘會閱讀室<br>(體能訓練)       | B11 Sean  |
| 競技體操技術改良班         | 7 月 23,30 日<br>8 月 6,13,15,20,22,27,29 日<br>11am-1pm_7 月 11,18,25 日 | 星期三、五                   | 星期三 10am-12nn<br>星期五 1-3 pm      | 順利邨體育館                  | B14 呂衍光 B8 Ratthasat<br>B5 戴泳欣 林芷瑤 陳嘉敏<br>B9 區靖曦 B11 張嘉儀                  |
| 競技體操初級訓練班         | 8 月 15,22,29 日<br>10am-12nn : 7 月 18,25 日 8 月 1,8 日                 | 星期五                     | 10:00am-12:00nn                  | 順利邨體育館                  | B6 黃雅琳 B9 黃妍婧 B13 許明慧<br>B2 謝詩晴 吳貝怡 B3 陳金花 B4 梁嘉璇<br>B3 陳莊友 B7 黃梓謙 B9 林正軒 |
| 乒乓球 B 隊           | 7 月   | 星期一、三<br>星期六            | 4:00pm -6:00pm<br>10:00am-1:00pm | 歌和老街乒乓球中心               | B14 趙梓滔   |
| 高爾夫球技術改良班         | 7 月 17,24 日 8 月 7,14,21 日<br>7 月 31 日 8 月 28 日                      | 星期四                     | 3:00-5:00pm<br>2:00-5:00pm       | 涇西洲高爾夫球場                | B11 李皓軒   |
|                   | 7 月 19 日 8 月 2,9,16,30 日<br>23/8 _中國香港體適能總會                         | 星期六                     | 10:00-11:00am                    | Zoom 網上課                |   |
| 高爾夫球初級訓練班         | 7 月 31 日 8 月 7,14,21,28 日<br>7 月 17 日                               | 星期四                     | 2:00-4:00pm<br>2:00-5:00pm       | 屯門高爾夫球中心<br>清水灣鄉村俱樂部    | B11 黃俊諺   |
| 羽毛球初級訓練班          | 7 月 22,29 日<br>8 月 5,12,19,26 日                                     | 星期二                     | 4:00-6:00pm                      | 保安道體育館                  | B10 李明軒 B14 李詩雅<br>B5 陳嘉敏 B9 邱晉樂  |
| 羽毛球技術改良班          | 7 月 16,18,23,25,30 日<br>8 月 1,6,8,13,15,20,22,27,29 日               | 星期三、五                   | 4:00-6:00pm                      | 長沙灣體育館                  | B12 麥煒正 B7 蔡紫妍<br>7/8-9/8_前往澳門參與金沙盃比賽                                     |
| 滾球初級訓練班           | 7 月 17,24,31 日<br>8 月 7,14,21,28 日                                  | 星期四                     | 4:00-6:00pm                      | 東昌街體育館<br>室內草地滾球場       | A6 陳巧晴 A9 王智鴻 B4 葉信彥<br>B5 何曉晴  |

|                |   |                           |   |                                |                               |
|----------------|---|---------------------------|---|--------------------------------|-------------------------------|
| 滾球技術改良班        | 7月 22,29 日      8月 5,12 日<br>7月 17,24,31 日<br>7月 19,26 日      8月 2,9,16 日                               | 星期二<br>星期四<br>星期六         | 4:00-6:00pm<br>4:00-6:00pm<br>9:00am-11:00am      | 圓洲角體育館<br>室內草地滾球場              | B8 朱江                         |
| 保齡球初級訓練班       | 7月 17,22,24,29,31 日   | 星期二、四                     | 3:00-5:00pm                                       | 迪高保齡球館                         | B8 Shane   B11 Sean   B10 黎傑勝 |
| 保齡球技術改良班       | 8月 5,7,12,14,19,21,26,28 日  | 星期二、四                     | 3:00-5:00pm                                       | 迪高保齡球館                         | A14 叶佳妮                       |
| 五人足球初級訓練班      | 暫沒有訓練   |                           |   |                                | B5 林雨瑤   B7 蔡紫妍               |
| 足球初級訓練班        | 暫沒有訓練   |                           |   |                                | B9 周俊亨                        |
| 足球技術改良班        | 暫沒有訓練   |                           |   |                                | B8 黃逸豪                        |
| 網球初級訓練班        | 7月 23 日      8月 6,13,20,27 日<br>9月 3,10,17 日_顯徑體育館  | 星期三                       | 3:00-5:00pm                                       | 車公廟體育館<br>9月_顯徑體育館             | B11 黃俊諺                       |
| 網球技術改良班        | 7月 22,29 日      8月 5,12,19,26 日<br>7月 19,26 日      8月 2,9,23,30 日                                       | 星期二<br>星期六                | 3:00-5:00pm<br>10:00am-12:00nn                    | 源禾遊樂場網球場<br>顯田遊樂場網球場           | B11 梁心娃<br>30/7-1/8 海外訓練營(深圳) |
| 長跑訓練 2 班       | 7月 17 日      8月 7,14,21 日   | 星期四                       | 3:00-5:00pm                                       | 青衣運動場                          | B14 李詩雅                       |
| 田徑 B 隊預備班      | 8月 5,12,19,26 日<br>7月 17,22,24,29,31 日<br>8月 7,14,21,28 日<br>7月 19,26 日      8月 9,16,23 日               | 星期二、四<br>星期二、四<br><br>星期六 | 4:00-6:00pm<br>4:00-6:00pm<br><br>10:00am-12:00nn | 巴富街運動場<br>九龍灣運動場<br><br>九龍灣運動場 | B9 周俊亨                        |
| 田徑 B 隊         | 7月 21,28 日      8月 4,11,18,25 日<br>8月 5,8,12,15,19,22,26,29 日   | 星期一 三<br>星期二 五            | 3:30-6:30pm<br>4:00-6:00pm                        | 葵涌運動場<br>巴富街運動場                | B11 范卓文                       |
| 田徑 B 隊<br>(跟操) | 7月 18,22,25,29 日      8月 1 日<br>7月 16,23,30 日      8月 6,13,20,27 日<br>7月 19,26 日      8月 2,9,16,23,30 日 | 星期二 五<br>星期三<br>星期六       | 3:30-5:30pm<br>3:30-6:30pm<br>10:00am-12:00nn     | 葵涌運動場<br>青衣運動場<br>Hksapid 會址   | B8 黃逸豪      B12 王梓酋           |
| 跳遠             | 7月 18,25 日<br>8月 1,8,22,29 日  | 星期五                       | 5:00-7:00pm<br>6:00-8:00pm                        | 將軍澳運動場<br>深水埗運動場               | B8 黃逸豪                        |
| 雪鞋競走<br>初級訓練班  | 8月 4,18 日<br>7月 21 日      8月 11,25 日  | 星期一                       | 4:00-6:00pm                                       | 葵涌運動場<br>深水埗體育館                | B12 許汶浚                       |