

# Programme

## 比賽賽程



**HONG KONG CHINA SWIMMING ASSOCIATION**  
(MEMBER OF THE FEDERATION INTERNATIONALE DE NATATION)  
(AFFILIATED TO THE SPORTS FEDERATION AND  
OLYMPIC COMMITTEE OF HONG KONG, CHINA)

**Diving Promotion Scheme –  
Intermediate Course End Assessment 2023-2024  
二零二三至二零二四年跳水推廣計劃 - 中級班結業測試**

**15 October 2023 (Sun)  
二零二三年十月十五日(星期日)**

**Kowloon Park Swimming Pool – Diving Pool  
九龍公園游泳池 - 跳水池**

主辦機構：

中國香港游泳總會

Organized by:

Hong Kong China Swimming Association

資助機構：

康樂及文化事務署

Subvented by:

Leisure and Cultural Services Department





## 跳水推廣計劃 (2023-2024)

(Organized by HKGSA and subvented by LCSD / 由中國香港游泳總會主辦 康樂及文化事務署資助)

### 2023-2024 中級班評核試

- 日期 : 2023年10月15日(星期日)
- 時間 : 09:30-13:00
- 地點 : 九龍公園游泳池 – 跳水池
- 組別 : 男子組一米跳板、男子組三米跳板 及 女子組一米跳板、女子組三米跳板
- 參加資格 :
1. 本年度中級班課程學員(費用全免)；
  2. 如學員曾參加中國香港游泳總會所舉辦之香港公開跳水賽或新秀賽或分齡賽或計分賽(包括各組別單人及雙人一米跳板, 三米跳板及跳台), 其結業測試成績將作獨立計算及不會獲發紀念獎牌, 學員完成評核試後可獲發評核試完成證書乙張。

#### 測試動作要求 :

##### 一米跳板

- 1個規定動作 101 (A,B,C 姿勢組別不限)。
- 1個自選動作由 1、2 及 4 組內選擇。101 不可重複規定動作 A,B,C 姿勢組別。
- 男、女子組別均不可以前、後倒下及腳入水 100 及 200 作為測試動作。

##### 三米跳板

- 由 1、2 及 4 組半週內選擇 1 個規定動作。前、後倒下及腳入水(100 及 200)亦可作規定動作。
- 由 1、2 及 4 組半週內選擇 1 個自選動作。不可重複規定動作 A,B,C 姿勢組別。前、後倒下及腳入水(100 及 200)亦可作自選動作, 不可重複規定動作姿勢組別。

\*\* 前、後倒下(站立或坐倒均可)及腳入水(100 及 200)難度分數為 1.0(A,B,C 姿勢不限)。

\* 1 米及 3 米板測試動作要求, 男、女子組相同。

\* 1 米及 3 米板 1 及 5 組測試動作要求必須立板起跳, 男、女子組相同。

# 測試動作均限制於初、中級跳水訓練班課程內教授的動作。

# 教練(及學員)可因應學員個人(自己)能力作出決定評核動作的數目。

- 截止日期 : 報名表格 2023年10月4日(星期三)  
跳水動作表 2023年10月4日(星期三)
- 紀念獎牌 : 各組別最高分數的 10 名學員均會獲發紀念獎牌  
完成評核試的學員均可獲發評核試完成證書乙張
- 報名及查詢 : 地址: 香港觀塘海濱道 133 號萬兆豐中心 9/F L 室  
電話: 2572 8594 (Ms. Siu)  
測試日資料將上載泳總網頁 [www.hkgswwimming.org.hk](http://www.hkgswwimming.org.hk)

#### 備註

1. 動作表格須呈交一式一份(正本)。動作表格內之動作組別, 教練必須確定, 泳總會恕不負責。
2. 報名表格及跳水動作表格須於截止日期前交到該班教練, 教練請於截止日期前交到中國香港游泳總會辦事處。過期遞交或填報不完整或更改跳水動作將一律不受理。
3. 本會不接納個別學員遞交報名表格及跳水動作表格。
4. 未滿十八歲的學員, 報名表格必須由家長簽名同意。

(如有任何更改或爭議, 以中國香港游泳總會最後決定為準)



# Hong Kong China Swimming Association

中國香港游泳總會

## Diving Promotion Scheme 2023-2024 Intermediate Course - Course End Assessment 2023-2024 跳水推廣計劃 - 中級班結業測試 (Organized by HKGSA & Subvented by LCSD) (中國香港游泳總會主辦，康樂及文化事務署資助)



Date/日期: 15/10/2023  
Time/時間: 09:30-13:00 (Sun/星期日)  
Venue/場地: Kowloon Park Swimming Pool - Diving Pool  
九龍公園游泳池 - 跳水池

### Programme/ 程序

Coaches Meeting/教練會議: 9:25  
Judges Meeting/裁判會議: 10:00

#### Time

9:30		Warm Up/ Practice 熱身/ 練習
10:30	Event 1 項目一	Men's 3 meter Springboard 男子組三米板
11:00	Event 2 項目二	Women's 1 meter Springboard 女子組一米板
11:30	Event 3 項目三	Men's 1 meter Springboard 男子組一米板
12:00	Event 4 項目四	Women's 3 meter Springboard 女子組三米板
12:25		Prize Presentation 頒獎典禮

\* Estimated Start Time

以上是預計開始時間



**Hong Kong China Swimming Association**  
中國香港游泳總會  
**Diving Promotion Scheme 2023-2024**  
**Intermediate Course - Course End Assessment**  
**2023-2024 跳水推廣計劃 - 中級班結業測試**  
**(Organized by HKGSA & Subvented by LCSD)**  
**(中國香港游泳總會主辦，康樂及文化事務署資助)**



Date/日期: 15/10/2023  
Time/時間: 09:30-13:00 (Sun/星期日)  
Venue/場地: Kowloon Park Swimming Pool - Diving Pool  
九龍公園游泳池 - 跳水池

Coaches Meeting/教練會議: 9:25  
Judges Meeting/裁判會議: 10:00

List of Officials 工作人員名單

Position	崗位	Name 姓名	Club 屬會
Meet Director	賽事總監:	Mr. LAM Yuk Leung Dicky (林旭亮)	CPS
Referee & Judges	裁判長 及 裁判員:	Mr. LEUNG Kwok Ming (梁國明)	HTS
		Mr. CHOI Wan (蔡贊)	THS
		Ms. TAM Lok Man Katie (譚洛雯)	THS
		Mr. LEUNG Chun Hong (梁振康)	*LD



# Hong Kong China Swimming Association

中國香港游泳總會

## Diving Promotion Scheme 2023-2024

### Intermediate Course - Course End Assessment

2023-2024 跳水推廣計劃 - 中級班結業測試

(Organized by HKGSA & Subvented by LCSD)

(中國香港游泳總會主辦，康樂及文化事務署資助)



Date/日期: 15/10/2023  
Time/時間: 09:30-13:00 (Sun/星期日)  
Venue/場地: Kowloon Park Swimming Pool - Diving Pool  
九龍公園游泳池 - 跳水池

#### Allocation of Referee and Judges 裁判長及裁判員出場序:

#### Event 1 Men's 3 meter Springboard 項目一 男子組三米板

Position	Name	Club
Referee (裁判長):	Mr. LEUNG Kwok Ming (梁國明)	HTS
Judge1 (裁判員1):	Mr. CHOI Wan (蔡贊)	THS
Judge2 (裁判員2):	Ms. TAM Lok Man Katie (譚洛雯)	THS
Judge3 (裁判員3):	Mr. LEUNG Chun Hong (梁振康)	*LD

#### Event 2 Women's 1 meter Springboard 項目二 女子組一米板

Position	Name	Club
Referee (裁判長):	Mr. LEUNG Kwok Ming (梁國明)	HTS
Judge1 (裁判員1):	Mr. CHOI Wan (蔡贊)	THS
Judge2 (裁判員2):	Ms. TAM Lok Man Katie (譚洛雯)	THS
Judge3 (裁判員3):	Mr. LEUNG Chun Hong (梁振康)	*LD

#### Event 3 Men's 1 meter Springboard 項目三 男子組一米板

Position	Name	Club
Referee (裁判長):	Mr. LEUNG Kwok Ming (梁國明)	HTS
Judge1 (裁判員1):	Mr. CHOI Wan (蔡贊)	THS
Judge2 (裁判員2):	Ms. TAM Lok Man Katie (譚洛雯)	THS
Judge3 (裁判員3):	Mr. LEUNG Chun Hong (梁振康)	*LD

#### Event 4 Women's 3 meter Springboard 項目四 女子組三米板

Position	Name	Club
Referee (裁判長):	Mr. LEUNG Kwok Ming (梁國明)	HTS
Judge1 (裁判員1):	Mr. CHOI Wan (蔡贊)	THS
Judge2 (裁判員2):	Ms. TAM Lok Man Katie (譚洛雯)	THS
Judge3 (裁判員3):	Mr. LEUNG Chun Hong (梁振康)	*LD



Hong Kong China Swimming Association  
中國香港游泳總會  
Diving Promotion Scheme 2023-2024  
Intermediate Course - Course End Assessment  
2023-2024 跳水推廣計劃 - 中級班結業測試  
(Organized by HKGSA & Subvented by LCSD)  
(中國香港游泳總會主辦，康樂及文化事務署資助)



Date/日期: 15/10/2023  
Time/時間: 09:30-13:00 (Sun/星期日)  
Venue/場地: Kowloon Park Swimming Pool - Diving Pool  
九龍公園游泳池 - 跳水池

**Event 1**      **Men's 3 meter Springboard**  
項目一      男子組三米板

<u>No.</u>	<u>Name</u>	<u>Chi. Name</u>	<u>Course Code</u>
1	Wong Ho Man	黃顯文	DYLI-1A-23
2	Li Hui Shan	李栩山	DYLI-1A-23
3	Lee For Ngai	李科毅	DYLI-1A-23
4	Ha Ho Fai	夏皓暉	DYLI-1A-23
5	Ho Cheuk Yin	何卓言	DYLI-1A-23
6	Lin Xuansheng	林軒聖	DYLI-1A-23
7	Fan Chung Yiu	范中耀	DYLI-1A-23
8	Wong Sung Hei	黃崇瑤	DYLI-1A-23
9	Yu Wang Leung	余宏亮	DYLI-1A-23

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽

**Event 2**      **Women's 1 meter Springboard**  
項目二      女子組一米板

<u>No.</u>	<u>Name</u>	<u>Chi. Name</u>	<u>Course Code</u>
1	Fan Chue Wing	樊杼泳	DYLI-1A-23
2	Bai Xuedong	白雪冬	DYLI-1A-23
3	Leung Ka Yan	梁家恩	DYLI-1A-23
4	Wong Ching Ham	黃靖涵	DYLI-1A-23
5	Lomone Celine	勞泳熙	DYLI-1A-23
6	Hong Ting Nga	洪廷雅	DYLI-1A-23
7	Leung Oi Hei Ashley	梁愛晞	DYLI-1A-23

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽



Hong Kong China Swimming Association  
中國香港游泳總會  
Diving Promotion Scheme 2023-2024  
Intermediate Course - Course End Assessment  
2023-2024 跳水推廣計劃 - 中級班結業測試  
(Organized by HKGSA & Subvented by LCSD)  
(中國香港游泳總會主辦，康樂及文化事務署資助)



Event 3 Men's 1 meter Springboard  
項目三 男子組一米板

No.	Name	Chi. Name	Course Code
1	Wong Ho Man	黃顯文	DYLI-1A-23
2	Li Hui Shan	李栩山	DYLI-1A-23
3	Lee For Ngai	李科毅	DYLI-1A-23
4	Ha Ho Fai	夏皓暉	DYLI-1A-23
5	Ho Cheuk Yin	何卓言	DYLI-1A-23
6	Lin Xuansheng	林軒聖	DYLI-1A-23
7	Fan Chung Yiu	范中耀	DYLI-1A-23
8	Wong Sung Hei	黃崇瑤	DYLI-1A-23
9	Yu Wang Leung	余宏亮	DYLI-1A-23

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽

Event 4 Women's 3 meter Springboard  
項目四 女子組三米板

No.	Name	Chi. Name	Course Code
1	Fan Chue Wing	樊杼泳	DYLI-1A-23
2	Bai Xuedong	白雪冬	DYLI-1A-23
3	Leung Ka Yan	梁家恩	DYLI-1A-23
4	Wong Ching Ham	黃靖涵	DYLI-1A-23
5	Lomone Celine	勞泳熙	DYLI-1A-23
6	Hong Ting Nga	洪廷雅	DYLI-1A-23
7	Leung Oi Hei Ashley	梁愛晞	DYLI-1A-23

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽

\*曾參加泳總比賽

## Diving Promotion Scheme 2023-2024 - Intermediate Course Assessment

### Ev.1 Men's 3 meter Springboard

<u>Start</u>	<u>Name</u>	<u>Chi Name</u>	<u>Course Code</u>	<u>1</u>		<u>2</u>	
1	Wong Ho Man^	黃顥文	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1
2	Li Hui Shan	李栩山	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
3	Lee For Ngai	李科毅	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
4	Ha Ho Fai	夏皓暉	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
5	Ho Cheuk Yin	何卓言	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1
6	Lin Xuansheng	林軒聖	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
7	Fan Chung Yiu^	范中耀	DYLI-1A-23	101B	1.5	401C	1.3
8	Wong Sung Hei	黃崇瑤	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
9	Yu Wang Leung	余宏亮	DYLI-1A-23	101A	1.6	B.DropA	1

^Have been participated in HKGSA's competitions before

## Diving Promotion Scheme 2023-2024 - Intermediate Course Assessment

### Ev.2 Women's 1 meter Springboard

<u>Start</u>	<u>Name</u>	<u>Chi Name</u>	<u>Course Code</u>	<u>1</u>		<u>2</u>	
1	Fan Chue Wing^	樊杼泳	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
2	Bai Xuedong	白雪冬	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
3	Leung Ka Yan^	梁家恩	DYLI-1A-23	101B	1.3	201A	1.7
4	Wong Ching Ham^	黃靖涵	DYLI-1A-23	101C	1.2	102B	1.5
5	Lomone Celine	勞泳熙	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
6	Hong Ting Nga	洪廷雅	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
7	Leung Oi Hei Ashley	梁愛晞	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7

^Have been participated in HKGSA's competitions before

## Diving Promotion Scheme 2023-2024 - Intermediate Course Assessment

### Ev.3 Men's 1 meter Springboard

<u>Start</u>	<u>Name</u>	<u>Chi Name</u>	<u>Course Code</u>	<u>1</u>		<u>2</u>	
1	Wong Ho Man^	黃顥文	DYLI-1A-23	101C	1.2	102C	1.4
2	Li Hui Shan	李栩山	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
3	Lee For Ngai	李科毅	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
4	Ha Ho Fai	夏皓暉	DYLI-1A-23	101A	1.4	101C	1.2
5	Ho Cheuk Yin	何卓言	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
6	Lin Xuansheng	林軒聖	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
7	Fan Chung Yiu^	范中耀	DYLI-1A-23	101A	1.4	401C	1.4
8	Wong Sung Hei	黃崇瑋	DYLI-1A-23	101A	1.4	201A	1.7
9	Yu Wang Leung	余宏亮	DYLI-1A-23	101A	1.4	201C	1.5

^Have been participated in HKGSA's competitions before

## Diving Promotion Scheme 2023-2024 - Intermediate Course Assessment

### Ev.4 Women's 3 meter Springboard

<u>Start</u>	<u>Name</u>	<u>Chi Name</u>	<u>Course Code</u>	<u>1</u>	<u>2</u>		
1	Fan Chue Wing^	樊杼泳	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1
2	Bai Xuedong	白雪冬	DYLI-1A-23	100A	1	F.DropB	1
3	Leung Ka Yan^	梁家恩	DYLI-1A-23	101B	1.5	401B	1.3
4	Wong Ching Ham^	黃靖涵	DYLI-1A-23	101A	1.6	401C	1.3
5	Lomone Celine	勞泳熙	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1
6	Hong Ting Nga	洪廷雅	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1
7	Leung Oi Hei Ashley	梁愛晞	DYLI-1A-23	100A	1	200A	1

^Have been participated in HKGSA's competitions before