



中國香港游泳總會 - 香港跳水隊訓練時間表

五月 May 2026						
星期日Sun	星期一Mon	星期二Tue	星期三Wed	星期四Thu	星期五Fri	星期六Sat
					1 勞動節	2 深圳集訓 取消
3 2 - 5 pm (水上) 元朗	4 5 - 8 pm (彈網)	5 5 - 8 pm (彈網)	6 5 - 8 pm (彈網)	7	8	9 深圳集訓
10 2 - 5 pm (水上) 元朗	11 5 - 8 pm (彈網)	12 5 - 8 pm (彈網)	13 5 - 8 pm (彈網)		15	16 深圳集訓
17 2 - 5 pm (水上) 元朗	18 5 - 8 pm (彈網)	19 5 - 8 pm (彈網)	20 5 - 8 pm (彈網)	21	22	28 深圳集訓
24 2 - 5 pm (水上) 元朗	25 佛誕節翌日	26 5 - 8 pm (彈網)	27 5 - 8 pm (彈網)	28	29	30 深圳集訓
31 2 - 5 pm (水上) 元朗						

Remarks

*所有陸上訓練於九龍公園游泳池。