



# 2025年拯溺訓練計劃 (泳池)

訓練班編號：

LCBM 23,24

負責屬會：

青衣泳池拯溺會

負責教練：

林麗娟

水試日期：

01/08/2025

水試時間：

20:00-22:00

水試地點：

青衣游泳池 (集合地點：泳池開口外)

水試內容：

1. 五分鐘內游畢200米 (任何面向前之泳式)
2. 踩水三分鐘 (可手腳同時協助)

水試學員名單：

歐明傑, 陳曦雲, 嚴麒俊, 梁首政, 張庭榛, 盧澤朗, 陳宇軒, 鄭紹棠, 邱兆謙, 王熙喆, 蔡逸騰  
許君諾, 洪崇義, 羅智鴻, 馮梓匡, 劉俊睿, 許嘉敏, 杜卓峯, 關樂晉, 葛妍彤, 周卓民, 李慧矜  
郭筱騫, 陳己悠, 陳子琪, 朱柏僑, 何國亨, 鄭學軒, 姚豐華, 張殷誠, 張三幸, 馮午沅

學員須知事項：

1. 學員必須出席水試，取得合格後，方能參加上述之訓練課程。
2. 學員必須攜同身分證明文件，於水試時間15分鐘前到達泳池開口向負責教練報到。
3. 學員須穿著泳裝進行水試。
4. 學員須在水試進行中遵從教練之一切指示，教練可基於安全理由暫停學員之一切活動。
5. 不被取錄之學員所繳交之費用將不獲發還。

天氣問題：

1. 若在水試前二小時內懸掛黑色暴雨警告、八號風球或以上，是日之水試將會被取消並於首日泳池課安排入學測試。
2. 如遇雷雨、雷暴警告，而泳池照常開放時，惟教練有權因應現場情況作出處理及安排。

※如有任何查詢，請致電2511 8363，中國香港總會辦事處※