

活動/校隊訓練

	項目	日期	星期	時間	負責人	活動形式
1	田徑隊訓練		二、四、六	4:15-6:15 2:00-4:00	許玉虎	面授
2	羽毛球校隊訓練		一 六	4:00-6:00 9:00-11:00	許玉虎	面授
3	壁球校隊訓練		二	4:30-6:00	尹仲林助校	面授
4	排球校隊訓練 (男子)		五 六	4:00-6:00 3:00-5:00	陳少梅	面授
5	中國歷史科-中一級考古工作坊		三	4:00-5:15	蔡仲賢	面授
6	籃球校隊訓練 (女子)		三 六	4:15-6:15 10:00-12:00	徐文洛	面授
7	中一級環村跑練習	15/9、18/9、 19/9 9/9、16/9 12/9		4:15-5:20 8:30-10:00 8:30-10:00	陳智峰	面授
8	第四十四屆水運會(2023-2024)	11/9	一	08:05-4:30		面授
9	健康校園計劃- 中一級成長訓練營	22/9/-23/9	五至六	3:05(22/9) - 2:00(23/9)	尹仲林助校、 高家淇助校、 鍾曙光、簡山河、 黃明俊、曾卓霖	面授
10	乒乓球校隊訓練事宜		二及五		吳津明	面授
11	社際啦啦隊訓練	14/9、20/9、 21/9、28/9、 3/10、5/10 16/9、7/10		4:00-5:30 10:30-12:30	尹仲林助校、 陳智峰	面授
12	參觀香港城市大學般哥展覽活動	19/9	二	2:30-4:30	蔡君賢	面授
13	2023-2024 年度葵青區校際足球比賽	17/9	日	3:30-6:00	黃永忠	面授
14	足球校隊訓練		一	4:30-6:30	黃永忠、黃志雄	面授
15	游泳及拯溺校隊訓練		三及六	4:00-5:15 9:00-11:00	尹仲林助校	面授
16	男子手球校隊訓練		四及六	4:15-6:15 12:00-2:00	陳智峰	面授
17	iTeen 領袖計劃-傳誡之旅	23/9	六	1:00-5:30	陳文海	面授
18	男子籃球校隊訓練		二及六	4:00-7:00 8:00-10:00	任靜怡	面授
19	健球校隊訓練		四	4:00-6:30	任靜怡	面授
20	女子排球隊訓練		一及四	4:00-6:30	任靜怡	面授
21	女子手球校隊訓練		二及五	4:00-6:00	黃明俊	面授
22	劍擊校隊(重劍)訓練		二及四	4:15-6:15	陳智峰	面授
23	國際初中科學奧林匹克 2024- 香港選拔賽	24/9	日	2:00-4:30	吳津明	面授
24	葵青區中學校際乒乓球比賽 (男子)-甲組	24/9	日	9:00-1:30	吳津明	面授
25	2023-2024 初中創意寫作班		四	4:00-5:30	劉順敏	面授
26	葵青區中學校際排球比賽 (男子 U19)初賽	30/9 29/10 12/11	六 日 日	11:30-12:30 9:30-10:30 10:30-11:30	陳少梅	面授
27	第四十一屆環村跑比賽	26/9	二	1:50-3:50		面授
28	全港中學校際拯溺比賽	29/9	五	7:45-6:00	尹仲林助校	面授
29	葵青區中學校際籃球比賽 (男子 U19 第二組)	26/9 10/10 25/10	二 二 三	5:00-6:30 5:00-6:30 4:00-5:30	任靜怡	面授