

中國香港跳繩代表隊 2026 訓練編制表 - 技術訓練、12至15歲S&C 訓練

Updated on 10/03/2026

No.	日期	地點	組別				時間	訓練類型
			A	B	C	D		
1	3月27日(五)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
2	4月17日(五)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
3	4月21日(二)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練
4	4月24日(五)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
5	4月25日(六)	樂善堂顧超文中學				V	17:00-20:00	表演盃場地支援
6	4月28日(二)	樂善堂顧超文中學			V		19:00 - 22:00	技術訓練
7	5月8日(五)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練
8	5月9日(六)	樂善堂顧超文中學		V			17:00-20:00	技術訓練及 S&C
9	5月12日(二)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
10	5月15日(五)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練
11	5月16日(六)	樂善堂顧超文中學				V	17:00-20:00	表演盃場地支援
12	5月19日(二)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
13	5月26日(二)	樂善堂顧超文中學			V		19:00 - 22:00	技術訓練
14	5月29日(五)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
15	5月30日(六)	樂善堂顧超文中學	V				17:00-20:00	技術訓練
16	6月2日(二)	樂善堂顧超文中學			V		19:00 - 22:00	技術訓練
17	6月20日(六)	樂善堂顧超文中學				V	19:00 - 22:00	表演盃場地支援
18	6月23日(二)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
19	6月26日(五)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練
20	6月27日(六)	樂善堂顧超文中學			V		19:00 - 22:00	技術訓練
21	6月30日(二)	樂善堂顧超文中學		V			19:00 - 22:00	技術訓練及 S&C
22	7月3日(五)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練
23	7月7日(二)	樂善堂顧超文中學	V				19:00 - 22:00	技術訓練

備註: 樂善堂顧超文中學

地址: 新界葵涌葵盛圍301號



主辦機構



捐助機構



2026中國香港跳繩代表隊訓練由賽馬會「齊跳高飛」跳繩計劃全力支持

中國香港跳繩代表隊 2026 訓練編制表 - 16歲或以上S&C訓練

Updated on 13/03/2026

No.	日期	地點	時間	訓練類型
1	4月21日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
2	4月23日(四)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
3	4月30日(四)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
4	5月19日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
5	5月28日(四)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
6	6月16日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
7	6月23日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
8	6月30日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
9	7月7日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C
10	7月14日(二)	AQ Strong	21:00 - 22:30	S&C

備註:

AQ Strong

Address : Shop 116-118A Victoria Mall, 188 Canton Road, Tsim Sha Tsui



主辦機構



捐助機構



2026中國香港跳繩代表隊訓練由賽馬會「齊跳高飛」跳繩計劃全力支持