



香港業餘游泳總會跳水訓練組 NST Diving Training Schedule - July 2007

July 七月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat
1	2	3 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	4 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	5 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	6	7
8	9 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	10 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	11 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	12 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	13	14
15	16 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	17 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	18 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	19 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	20	21
22	23 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	24 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	25 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	26 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練	27	28
29	30 1700 - 1900 KPSP Diving Pool 九龍公園泳池跳水池 Aquatic Training 水上訓練	31 1700 - 1900 KPSP Gym Room 九龍公園泳池彈網室 Land Training 陸上訓練				