

全年游泳訓練班

Dynamic Shark
動力皇體育會
鯊魚島游泳會
 dshark.hk /hkshark.com

最抵優惠 \$56/堂

(同行優惠+連續報讀兩個課程)

課程地點

專心!專注!專一!

藍田
Lam Tin

觀塘 九龍灣 大角咀 美孚
Kwun Tong Kowloon bay Tai Kok Tsui Mei Foo



最強教練組合



快樂泳班



會內比賽, 建立信心



不求與人相比
只求突破自己

\$ 積分: 70	所需分數: 86 獎勵: 04 會員獎: 30
	0-49分
	50-99分
	100-149分
	150-200分
換領	所需分數: 86 獎勵: 04 會員獎: 30

堅持十年, 鼓勵學員, 獎賞優惠,
 (全新網站配合)

動力皇體育會

動力皇體育會(會員專頁)

SHARK Swimming CLUB 鯊魚島游泳會

Find us on:
facebook®

6979 7683

預約免費試堂

3587 8446 / 3587 3680

5126 4342 / 6979 7683

www.facebook.com/dynamicshark

大角咀合桃街一號福昌工廠大廈13樓A4室

dshark.com 3590 6269

- ☆ 1. 提早報名
- ☆ 2. 多人同行優惠
- ☆ 3. 指定屋苑及學校優惠
- ☆ 4. 同時報讀多項課程優惠

新生優惠

優惠1 提早報名

凡於2015年4月30日前報名及即時入會，將可即時以享有會員價後再85折優惠
凡於2015年5月30日前報名及即時入會，將可即時以享有會員價後再9折優惠
(此優惠不可與其他優惠同時使用)



優惠2 多人同行優惠

2人同行及即時入會，將可即時享有會員價以及9折優惠
3人同行及即時入會，將可即時享有會員價以及85折優惠
4人同行及即時入會，將可即時享有會員價以及8折優惠
5人同行及即時入會，將可即時享有會員價以及75折優惠
6人同行及即時入會，將可即時享有會員價以及7折優惠
(此優惠不可與其他優惠同時使用)

優惠3 指定屋苑及學校優惠

報名及即時入會，將可即時享有會員價及8折優惠
指定之屋苑，指定之學校(指定之學校,屋苑可於本會網頁或Facebook專頁查詢)

舊生介紹優惠

舊生介紹同校新生或朋友同時報讀，舊生及新生將可獲\$100學費現金券，次數不限
(現金券優惠可與其他優惠同時使用)

優惠4 同時報讀多項課程優惠

如同時間報讀2個或以上之課程及即時入會，將可獲額外9折優惠，
(此優惠可與其他優惠同時使用)

\$100

現金優惠券

(只適用於暑假期間之課程)

\$100

現金優惠券

(只適用於暑假期間之課程)

\$100

現金優惠券

(只適用於暑假期間之課程)

\$100

現金優惠券

(只適用於暑假期間之課程)

條款及細則：

- ◆ 有效日期30/6/2015
- ◆ 優惠只可使用一次
- ◆ 本會保留各項優惠最終使用權力
- ◆ 所有優惠適用於動力皇體育會/鯊魚島游泳會之所有泳班(德藝會除外)
- ◆ 優惠券影印本無效
- ◆ 凡報讀\$500以上之課程可用一張，\$1000可用兩張，如此類推(此\$100現金優惠券須以原價作扣減)
- ◆ 註：新生之定義是從未於本會報讀任何課程
- ◆ 註：舊生之定義是現於本會連續參與游泳課程達6個月或以上

幼班

對象: 年齡3-5歲或以下小童, 初次接觸游泳

內容: 通過一系列水中遊戲活動及練習, 讓幼兒認識自己身體, 學習肌肉協調, 熟習水性, 克服懼水, 認識在水中呼吸技巧-浮身, 簡單自由泳, 打腿, 換氣。在課堂前後教練更會鼓勵幼兒學習獨立提高學員日常自理能力 (包括更衣, 沐浴, 如廁等)

師生比例: 1:2

初班

對象: 4歲以上初次接觸游泳之兒童

要求: 經本會主教練評定為初級, 本會評核表1及2項合格

內容: 熟習水性, 學習漂浮, 進階換氣, 簡單自由泳, 打腿, 自由泳手部及腳部動作和呼吸配合/背浮及背泳打腿

師生比例: 1:2-4

中班

對象: 經本會主教練評定為中班, 本會評核表1至5項合格

要求: 能以自由泳手腿配合換氣動作完成15米(手持浮板)及背浮

內容: 改良自由泳, 學習背泳划手, 踢腿 (不需助浮物)

目標: 能以標準自由泳及背泳完成25米距離(不需助浮物)

師生比例: 1:4-6

高班

對象: 經本會主教練評定為高班, 本會評核表1至14項合格

要求: 改良自由泳及背泳, 學習蛙泳及蝶泳打腿

內容: 強身健體, 培養操水習慣, 建立自信

師生比例: 1:6-8



藍田

藍田游泳池



查詢電話 2205 6535 , 2797 3177



設施

室外設施：日光浴場

室內泳池：訓練池(1)、*習泳池(1)、家庭更衣室

殘疾人士專用設施：方便通往池面的無阻通道、更衣室、洗手間



開放時間

夏季 (4月至10月)

第一節：上午6時30分至中午12時

第二節：下午1時至6時

第三節：晚上7時至10時

(暫停開放時段：中午12時至下午1時；下午6時至下午7時)

冬季 (11月至翌年3月)

第一節：上午6時30分至中午12時

第二節：下午1時至6時

第三節：晚上7時至10時

(暫停開放時段：中午12時至下午1時；下午6時至晚上7時)

配合每年維修工程的暫停開放時間：4月16日至6月5日

每周大清潔日：逢周四(如每周大清潔日適逢公眾假期，游泳池會照常開放，而大清潔行動將安排在同周的周五進行)



交通路線

地址：九龍藍田慶田街1號藍田綜合大樓1樓



藍田地鐵站 前往 藍田游泳池，可穿過匯景花園，經啟田商場，轉入德田街直上即可抵達。全程步行約15分鐘。

1. 於 港鐵 觀塘線 藍田站 (Lam Tin Station) 沿 A 出口 (出口指示：啟田道) 步出，沿路沿3條平行的扶手電梯直上，就會穿過匯景花園商場。

2. 步出 A 出口地面，行上接駁啟田商場的行人天橋。天橋盡頭靠右下行進入啟田商場，直行到郵政局出口走出商場，左轉看到小巴士站，沿安田街直上。

3. 安田街盡頭右轉入德田街直上，就會看見藍田綜合大樓在左手邊。

藍田游泳池 就位於 藍田綜合大樓 1樓。

註：若你不想走德田街斜路，安田街盡頭可上藍田邨天橋，經藍田邨到藍田綜合大樓，十分容易。

大角咀合桃街1號福昌工廠大廈13樓A4室 Tel: 3587 8446 Fax: 35906269

www.dshark.hk Email: info@dshark.hk

藍田

7、8月 藍田(室內)游泳池時間表

課程編號	級別	星期	時間	日期	堂數	原價	會員價	30/4前	30/5前
LT25D15	初/中	二、五	1500-1600	17/7 至 28/8	13	幼班	幼班	幼班	幼班
LT25D16	初/中/高		1600-1700			\$2080	\$1950	\$1658	\$1755
LT25D17	初/中		1700-1800			初中高	初中高	初中高	初中高
LT25D18	中/高GP3H		1800-1900			\$1430	\$1300	\$1105	\$1170
LT25D19	初/中GP3H	一、三	1900-2000	15/7 至 31/8	14	幼班	幼班	幼班	幼班
LT13D15	幼/初		1500-1600			\$2240	\$2100	\$1785	\$1890
LT13D16	初/中/高		1600-1700			初中高	初中高	初中高	初中高
LT13D17	幼/初		1700-1800			\$1540	\$1400	\$1190	\$1260
LT13D18	中/高GP3B	六	1800-1900	4/7 至 29/8	9	幼班	幼班	幼班	幼班
LT13D19	幼/初GP3H		1900-2000			\$1530	\$1440	\$1224	\$1296
LT6D09	幼/初/中		0900-1000			初中高	初中高	初中高	初中高
LT6D10	幼/初/中		1000-1100			\$1080	\$990	\$842	\$890
LT6D11	初/中/高	六	1100-1200	4/7 至 29/8	9	幼班	幼班	幼班	幼班
LT6D15	初/中/高		1500-1600			\$1530	\$1440	\$1224	\$1296
LT6D16	幼/初/中		1600-1700			初中高	初中高	初中高	初中高
LT6D17	幼/初/中		1700-1800			\$1080	\$990	\$842	\$890
LT6D18	中/高	六	1800-1900	4/7 至 29/8	9	幼班	幼班	幼班	幼班
LT6D09	幼/初/中		0900-1000			\$1530	\$1440	\$1224	\$1296
LT6D10	幼/初/中		1000-1100			初中高	初中高	初中高	初中高
LT6D11	初/中/高		1100-1200			\$1080	\$990	\$842	\$890

中山紀念公園游泳池/灣仔游泳池

7、8月 (兩項鐵人訓練課程)

級別	星期	時間	地點	訓練內容	日期	學費#
青少年組	一	0900-1100	跑馬地	跑步	1/7 - 30/8	\$1000/1個月
	四	1000-1200	中山紀念公園游泳池	跑步、游泳		\$550
	六	1600-1800	中山紀念公園游泳池	游泳、跑步		2堂/一個月
成人班	一、三、日	2000-2200	跑馬地	跑步、游泳	2/7 - 27/8	\$800
		2000-2200	灣仔訓練池			3堂/1個月
		1900-2230	石澳			\$200
						一堂/1個月



動力皇體育會 鯊魚島游泳會

私人教練課程

為確保所有教學方法是按照本會的課程框架教學及保障所有經本會轉介的學生及家長，所有任教的教練必定是本會的註冊教練。
(教練名冊: dshark.hk / hkshark.com)

收費:(小時)

公眾泳池:	1對1 \$ 350	1對2 \$450	1對3 \$550
私人泳池:	1對1 \$ 450	1對2 \$550	1對3 \$650

如已是本會泳班或泳隊學生
(技改或加操)

1對1 \$300	1對2 \$350	對3 \$400
-----------	-----------	----------

特點:

- 可即成本會會員
- 可領取一年發出三次的評核表
- 可領本會發出的證書
- 可參加本會專為泳班而設的小比賽

惡劣天氣安排

- ◆ 風球: 如上課前兩小時懸掛三號或以上熱帶氣旋警告訊號, 該課堂將會取消, 亦不予額外通知, 而補課將作額外安排。
- ◆ 暴雨: 如上課前兩小時懸掛紅色或黑色暴雨警告訊號, 該課堂將會取消, 亦不予額外通知, 而補課將作額外安排。
- ◆ 雷暴: 如屬局部地區性, 而泳池亦如常開放, 游泳班將會如常進行, 教練並有權因應當時情況而決定是否繼續或終止。