DECEMBER 2024

CRCHK

香港中華游樂會會訊
CHINESE RECREATION CLUB NEWSLETTER



會員通訊

2025年會員月費及年費

一筆過繳付全年會費安排

會員Mobile App將正式啟用

活動預告

聖誕兒童聯歡會

聖誕運動體驗營

橋牌交流夜

活動花絮

CRC OPEN
賽事快報及花絮

會友士碌架
冠軍賽2024

會所目錄

中餐廳
2102 9821

西餐廳
2102 9822

會所雅廊
2102 9820

康樂體育
3725 6344

訂場處
2102 9888

游泳池
2577 0998

Pro Shop
2577 2637

會員賬項
2102 9808
2102 9809

會籍事宜
2102 9810

接待處
2577 7376

總經理
梁文滔
Vincent Leung
vincent.leung@crchk.com

飲食部
歐陽志恆
Winson Au Yeung
winson.auyeung@crchk.com

康體部
鄭安東
Anthony Cheng
anthony.cheng@crchk.com

項目及工程部
周家健
Helen Chau
helen.chau@crchk.com

會員服務部 / 接待處
譚逸詩
Vaneese Tam
vaneese.tam@crchk.com

各座設施位置

A 座
G/F: 游泳池、男更衣室
1/F: 女更衣室、大及細會議室
2/F: 康樂活動室 (跳舞房)、壁球場

B 座
G/F: 停車場、指定會員吸煙區
1-3/F: 停車場
4/F: 男更衣室、室內網球場
5/F: 女更衣室、健身室
6/F: 中餐廳
7/F: 西餐廳
8/F: 17及18號網球場、天台多用途球場

C 座
G/F: 正門、接待處、Pro Shop、兒童遊樂場、會所雅廊、牌房 8-9
1/F: 桌球室、牌房 1-6、多功能區 (乒乓球區)、音樂室
2/F: 羽毛球場、高爾夫球室
5/F: 匹克球場

商界展關懷 caringcompany 2021-24 Awarded by The Hong Kong Council of Social Service 香港社會服務聯會頒發
ESG+
SPORTS HOUR 企業「一」起動 COMPANY
友商有良 2024 Partner Employer Award 嘉許計劃
Social Capital Builder 社會資本動力獎 2022-24
FSC www.fsc.org MIX Paper | Supporting responsible forestry FSC® C122893
PRINTED WITH SOY INK

Contents 目錄

2024年12月刊

會員通訊

4
會務點滴

5
- 2025年會員月費及年費
- 一筆過繳付全年會費安排
- 儲物櫃退租手續
- 農曆歲晚給予員工年賞
- 本會榮獲「友商有良」嘉許
- 歡迎項目及工程經理周家健小姐到任

6-8
會員Mobile App將正式啟用



活動預告

9
MWT網球恆常班 (1-3月)



10
聖誕兒童聯歡會2024

11
聖誕運動體驗營2024

12
- 橋牌交流夜
- 12-1月健身工作坊

活動花絮

13
- 11月伸展工作坊
- 會友士碌架冠軍賽2024

14-15
CRC OPEN 賽事快報

16-17
CRC OPEN 花絮









活動資訊

18-19
- 12月活動及外借場地大表
- 澳洲網球直播

20
12月康體 / 青訓恆常訓練班

飲食推介

21-22
西餐廳：平安夜及聖誕節半自助餐

23
中餐廳：中華奧斯卡除夕倒數晚宴

關注本會社交媒體平台

crchk

chinese_recreation_club

會訊內之圖片只作參考，敬請留意



會務點滴

各位會友，您們好!

隆重呈獻會員專屬之手機應用程式

我們非常高興地宣布，本會將於2025年1月1日推出會員專屬的手機應用程式，旨在為會員提供更優越、更貼心的服務！在此，我們衷心感謝各小組委員會在11月份對手機應用程式提出的寶貴意見。該應用程式目前正進行最後的優化和測試，以確保其功能能夠更好地滿足會友的需求。透過這款手機應用程式，會員將能享受更智能、更快捷的服務，顯著提升使用體驗。應用程式涵蓋多項功能，包括：**在線預訂會所設施、餐飲外賣點餐服務、體育活動報名系統、即時會所資訊通知。**

這些功能將使會友們能隨時隨地掌握本會的最新資訊，輕鬆計劃每一個行程，為會員帶來更多便利和靈活性。會員可於2025年1月1日起在App Store（iOS）及Play Store（Android）下載專屬的手機應用程式，並在完成簡單的登記程序後即可體驗各項功能。預期會員專屬之手機應用程式尚有優化的空間，本會務求能廣泛收集會員的意見再作改善，歡迎各會員提供寶貴意見，任何意見或如需技術支援協助，請致電3725-6301 或電郵至 helpdesk@crchk.com。

康體活動展望與回顧

隨著12月的到來，節日假期即將來臨！本會已籌辦一系列精彩活動，詳情請參見今期會訊第9至12頁。歡迎各位報名參加聖誕兒童聯歡2024及聖誕運動體驗營，讓這個聖誕假期變得更加多姿多彩。
同時，今期會訊亦輯錄了Gym Aesthetics呈獻「香港中華游樂會二零二四年度全港網球公開賽」賽事快報，熱烈恭賀14歲或以下青少年組別單打、18歲或以下青少年組別單、雙打，40歲或以上女子雙打及45歲或以上男子雙打的得獎者。關於CRC OPEN 2024的精彩花絮，請參閱會訊第14-17頁。

陶醉冬日節慶饗樂盛宴

為了增添節日的氣氛，本會已準備了聖誕節豐盛自助餐及年度壓軸活動 — 除夕倒數晚宴。期待各位會友踴躍參加在中餐廳舉辦的除夕倒數晚宴，與我們共聚一堂，迎接精彩的2025年。此次晚宴以「中華奧斯卡」為主題，提供美酒佳餚、精彩表演、幸運大抽獎及各種遊戲，一定會讓會友們度過一個難忘的夜晚！

移除南洋杉樹

基於安全理由，本會B座向銅鑼灣道的一棵南洋杉樹已被移除（該樹木傾斜可能影響行人安全），此項移除已獲得政府相關部門的批准，並將跟進補種事宜。感謝大家的理解與支持。

總經理梁文滔
2024年12月

2025年會員月費及年費

值理會經分析本會財政情況後，決定調整2025年會員月費及年費，增幅約為3%，以應通脹因素，並對本會財政穩健及長遠發展有正面效益。而本會各項設施及服務收費則維持不變。值理會將繼續以嚴謹務實的態度推展會務，本著審慎理財的原則，致力控制開支及營運成本。

2025年會員月費及年費	
普通會員及提名會員	月費$1,740 (或年費$19,140)
贊助會員	月費$1,380 (或年費$15,180)
家屬會員及舊家屬會員	月費$1,380 (或年費$15,180)
外埠會員	年費$4,090

一筆過繳付全年會費安排

凡會友於2025年1月份一筆過繳付11個月月費，即作為已繳付全年月費計。若於2025年2月1日起繳交者，即按逐月交費辦理。詳情請留意已於11月19日寄出的「關於2025年度會費及儲物櫃租用」通知，並請於2024年12月16日前回覆。

退租儲物櫃 請到接待處辦手續

會友如2025年不再租用更衣室儲物櫃及桌球室儲物櫃，請於2024年12月31日前取回個人物品及歸還鑰匙(如不歸還，每把鑰匙須繳付$100)，以便給有需要之會友租用。詳情請留意於11月19日寄出的「關於2025年度會費及儲物櫃租用」通知，並請於2024年12月16日前回覆。



農曆歲晚給予員工年賞

農曆歲晚，本會向有給予員工年賞的慣例，藉此對辛勤服務一年的員工表示關懷及鼓勵。今年年賞數額，每位會員$1,690(外埠會員除外)，入數記賬。如不欲給予年賞者，請於2024年12月16日前通知會計部。





本會榮獲「友商有良」嘉許

本會成功獲列入香港中小型企業總商會「友商有良2024」計劃內的「卓越企業嘉許」名單中，表揚本會積極履行企業社會責任。「友商有良」嘉許計劃是表揚協助社會上不同需要人士就業的機構，例如為青年畢業生、再培訓人士、退休人士、少數族裔等弱勢社群提供就業，本會將繼續推動社會共融的精神，積極履行企業社會責任。

歡迎項目及工程經理 周家健小姐到任

周家健(Helen)為本會新任項目及工程經理，負責D座重建項目及本會主要之翻新工程。Helen從事建築行業超過20多年亦是建築師，豐富的專業經驗涵蓋住宅、商業及公營項目的規劃、設計和項目管理等領域。

Helen在加入本會前，曾擔任知名會所資本項目管理主管、多間大型地產商及公營機構的資深項目經理等職位。





會員Mobile App將正式啟用

會員現在可以在電腦及行動裝置的流動應用程式上隨時隨地預訂CRC的體育設施！本會康體設施及餐飲服務將於1月1日起提供線上預訂。本會將密切監察系統及聆聽會友的寶貴意見，並在必要時繼續更新。

現在只需登錄您的CRC會員帳戶 - 您就可以開始為接下來的七天進行預訂。您還可以輕鬆管理您的預訂並查看過往的預訂紀錄。請按照以下指南進行操作，享受本會新的服務！

查詢交易紀錄及下載月結單

1 前往「個人資料」，點擊「月結單」或「本月交易紀錄」。

2 選擇相應的月結單進行下載。





接收會所最新資訊

1 前往「活動」。

2 查閱最近活動及賽事，精彩的活動花絮及訓練班資訊。

預訂運動設施

1 前往「設施」並點擊「運動設施」。

2 選擇想要預約的運動設施後，往下頁面點擊「預約」。



3 選擇場地、日子和時間段，然後點擊「預約」。





4 在點擊「確認預約」之前，請檢查預訂詳情、條款及細則。

管理或取消預訂



1 前往「個人資料」並點擊「預訂/紀錄」。

2 查看並管理您的預訂。

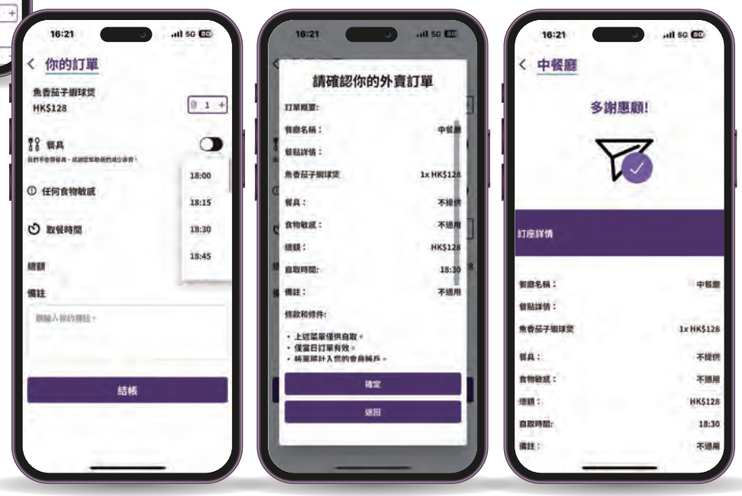
3 您可以通過點擊「取消預約」來取消預訂。

外賣自取服務



1 前往「餐廳」並點擊「餐飲設施」，選擇您的心水餐廳。

2 選購美食及所需數量，然後往下頁面點擊「查看你的訂單」。



3 根據您的飲食習慣填寫食物要求，並選擇取餐時間。

4 點擊「確認」。

5 前往餐廳自取。

為更方便會員使用，手機應用程式推出初期將於會所內設立**服務台**，並由資訊科技部同事協助會員下載及使用。
如需進一步協助，可致電**3725-6301**，或電郵到**helpdesk@crchk.com**。

MWT 網球恆常班 (2025年1-3月)

紅波班(4-8歲)
課程利用較慢的網球、較細小的球場和較短小的球拍進行訓練。訓練內容以發展參加者運動技能為主，包括手腳協調能力、感知和接收技巧、投擲和捕捉技巧、控球技巧等，配合有趣的遊戲，讓參加者輕鬆學會基本網球技術，奠定良好網球基礎。

橙波班(8-10歲)
課程利用較慢的網球、較細小的球場和較短小的球拍進行訓練。訓練內容以發展參加者運動技能為主，包括球拍控制、控球技巧及計分方法等，配合有趣的遊戲，讓參加者輕鬆學會基本網球技術，奠定良好網球基礎。

綠波班(9-10歲)
課程主要圍繞技術及體能訓練，並以鞏固網球基礎為主。訓練內容包括靈敏度、平衡力、協調力及運動技能發展等，並會透過遊戲及比賽增加參加者對訓練內容的理解。

黃波班(11-14歲)
課程主要教授參加者正確擊球方式及技巧，並加入比賽戰術執行、體能及心理訓練，以中至高強度訓練為主，藉以提升球員於比賽中的表現。

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
09:00-09:30	紅波A班 6人班		成人訓練 初班B班 4人班		成人訓練 中班B班 4人班		紅波F班 6人班
09:30-10:00							
10:00-10:30	橙波A班 6人班						紅波G班 6人班
10:30-11:00			成人訓練 中班A班 4人班		成人訓練 初班C班 4人班		
11:00-11:30							綠波D班 4人班
11:30-12:00							
12:00-12:30							
12:30-13:00							
13:00-13:30				小組訓練班			
13:30-14:00							
14:00-14:30							
14:30-15:00							
15:00-15:30							
15:30-16:00							
16:00-16:30		紅波B班 6人班	綠波B班 4人班	紅波C班 6人班	紅波D班 6人班	紅波E班 6人班	
16:30-17:00							
17:00-17:30		橙波B班 6人班		黃波發展B班 4人班	橙波C班 6人班	黃波發展C班 4人班	
17:30-18:00			黃波發展A班 4人班				
18:00-18:30		綠波A班 4人班			綠波C班 4人班		網球發展組
18:30-19:00				黃波競賽班 4人班		小組訓練班	
19:00-19:30			成人訓練 進階A班 4人班				
19:30-20:00		成人訓練 初班A班 4人班			成人訓練 進階B班 4人班		
20:00-20:30							
20:30-21:00							
21:00-21:30							

小組訓練班(每小時)*	收費
1 對 2 教授	$840
1 對 3 教授	$990
1 對 4 教授	$1,110

*小組訓練班最少2人開班，最多4人一班。
#成人班課程不設按期收費。
如需報名，請聯絡康體部（2577 7376）。

課 程	按期收費	按月收費	按堂收費
紅、橙波班	$250/堂	$275/堂	$300/堂
綠波班	$375/堂	$412.5/堂	$450/堂
黃波班	$375/堂(1.5小時) $500/堂(2小時)	$412.5/堂(1.5小時) $550/堂(2小時)	$450/堂(1.5小時) $600/堂(2小時)
成人班#	/	$375/堂(1.5小時) $500/堂(2小時)	$450/堂(1.5小時) $600/堂(2小時)
網球發展組	$390/堂(共17堂)	$430/堂	/

以上為暫定上課時間，有關實際上課時間，請留意稍後公佈。 | 如因場地關係而未能上課，收費將按比例扣除。

CHRISTMAS Party

2024聖誕節兒童聯歡會

每年聖誕節，本會為各位小會友準備聖誕節兒童聯歡會，與小會友們一起歡度聖誕節。今年本會同樣為大家準備了吹氣彈床、手工藝攤位、小食、各式攤位遊戲連豐富獎品和幸運大抽獎，還引入虛擬實境（VR）與擴增實境（AR）元素的遊戲，務求令大家有更精彩的體驗！每位入場的小朋友更可獲聖誕禮物包一份，名額有限，大家萬勿錯過。

日 期：12月25日 (星期三)
時 間：14:30-17:30
地 點：本會2-6號室外網球場
名 額：200位
收 費：5-18歲會員子女每位$120
5-18歲來賓每位$160
18歲以上會員及來賓免費入場
報 名：即日起至12月18日（星期三）



活動須知：

1. 報名表可於接待處索取，或於本會網頁www.crchk.org下載。
2. 名額有限，先到先得，額滿即止。如活動當天仍有餘額，本會將接受即場報名。
3. 如遇天雨，活動將移師至羽毛球場進行。當天羽毛球場10:00起不設預訂。
4. 本會將於截止報名日期後3日內以WhatsApp形式確認參加者，請務必填寫WhatsApp號碼。
5. 本會保留舉行與否之最終權利。如活動名額已滿或未能成功開辦，將不會收取任何費用。
6. 參加者如在截止報名日期前退出，可免收費用，唯須填妥「退出活動申請表」。若在截止報名日期後退出，如沒有後備補上，費用照收。
7. 如有查詢，歡迎致電2577-7376。



聖誕運動體驗營

適逢聖誕節，運動體驗營為你帶來不同的運動新嘗試，發展小朋友對多元運動的天賦。

活動名稱	日期	時間	對象	名額	收費
乒乓球體驗A班	12月16-18日 (星期一至三)	10:00-11:30	7-14歲	3-6人	會員 $750 來賓 $900
乒乓球體驗B班	12月22-24日 (星期日至二)				
羽毛球體驗A班	12月16-18日 (星期一至三)	12:30-14:00			會員 $750 來賓 $900
羽毛球體驗B班	12月22-24日 (星期日至二)				
壁球體驗A班	12月16-18日 (星期一至三)	13:00-14:30			會員 $1,050 來賓 $1,260
壁球體驗B班	12月22-24日 (星期日至二)				

課程須知：

1. 報名表可於接待處索取，或於本會網頁www.crchk.org下載。
2. 每份報名表**只限1位參加者填寫。**
3. **截止報名日期：12月6日（星期五)。**
4. 每班參加名額有限，額滿即止。
5. 本會將於截止報名日期後以WhatsApp形式通知參加者該課程能否成功開辦及課程消息，請務必填寫。
6. 本會保留開班與否最終權利，並將於最遲開課前3天通知有關上課事宜。如課程名額已滿或未能成功開辦，所收取之學費將全數退回。
7. 參加者須穿著合適運動服裝(不可穿著運動背心)、不脫色運動鞋及自備球拍上課。
8. 參加者請注意自己的身體狀況，並考慮是否適合參加課程。如有疑問，請咨詢醫生意見。
9. 參加者必須填寫「免責聲明及參加者同意書」及「體能活動就緒問卷(PAR-Q)」，證明參加者於課程期間(12月16至18日及12月22至24日) 適合參加所選擇的課程。如報名多於1項課程，只需填寫1次。
10. 參加者如在截止報名日期前退出，可免收費用，唯須填妥「退出活動申請表」。截止報名日期後退出者，如沒有後備補上，費用照收。
11. 如有查詢，歡迎致電 2577-7376。



橋牌交流夜

本活動適合對橋牌已有一定認識的會友，透過活動認識志同道合的橋手，一起享受橋牌樂趣。

日 期：1月8日及1月22日（星期三）
時 間：19:00 - 22:00
地 點：C座1樓牌房
收 費：每節每位$50（已包括飲品一杯）
對 象：12歲或以上本會會員及家屬
名 額：每節12人

截止報名日期：1月1日（星期三）
詳情請留意會內宣傳

橡筋熱身及運動伸展工作坊

橡筋帶可鍛鍊身體不同部位 (包括腹、背、上肢及下肢) 的肌肉力量，並可以改善平衡力及增強四肢的協調性，同時橡筋帶亦可以作運動前熱身及運動後伸展。
本工作坊只需一條橡筋帶，就能訓練及伸展全身各個部位，讓會友們以健康的身體面對日常生活中不同的挑戰，改善體態及減低受傷的機會。

日 期：12月14日 (星期六)
時 間：15:00-16:00
地 點：A座2樓康樂活動室(跳舞室)
收 費：全免
對 象：本會會員及家屬
名 額：12人
教 練：駐場教練鄭漢霆
截止日期：12月11日 (星期三)

高強度核心肌肉訓練工作坊

核心肌群是身體所有動作的啟動源頭，進行運動時或生活各方面活動都需要強健的核心肌群。高強度核心肌肉訓練不僅可提升身材上的美感，還可以維持運動表現、強健體格及增強免疫力！

日 期：1月11日 (星期六)
時 間：15:00-16:00
地 點：A座2樓康樂活動室(跳舞室)
收 費：全免
對 象：本會會員及家屬
名 額：12人
教 練：駐場教練盧世康
截止日期：1月8日 (星期三)

備 註：
1. 參加者需穿著運動服裝及不脫色運動鞋。
2. 如有需要，參加者請自備毛巾。
3. 參加者必須填寫免責聲明書。
4. 報名表可到本會接待處索取或於本會網頁下載，參加者亦可親身到健身室報名。
5. 為了能善用工作坊的報名名額，如會友缺席工作坊2次，便需罰停報名半年，但如活動當天仍有餘額，可即場參加。

伸展工作坊

「伸展工作坊」已於11月9日順利完成。會友們可以透過工作坊放鬆常用而繃緊的肌肉及預防痛症，輕鬆及健康地享受人生！



2024 會友士碌架冠軍賽

「會友士碌架冠軍賽2024」經過一番龍爭虎鬥後，已於10月28日圓滿結束。A組賽事由陳志威先生奪得冠軍；B組則由鄭國瀚先生奪得冠軍寶座。

A組得獎名單



B組得獎名單



GYM AESTHETICS.® Presents 呈獻

香港中華游樂會二零二四年度全港網球公開賽

GYM AESTHETICS PRESENTS CRC OPEN 2024

Gym Aesthetics 呈獻香港中華游樂會二零二四年度全港網球公開賽 (Gym Aesthetics presents CRC OPEN 2024) 已於10月19日正式展開，這個一年一度的網球壇盛事一如既往地吸引不少網球好手參加。經過4星期的連場賽事，經已順利誕生了8項冠軍。

賽事結果

項目	冠軍
14歲或以下青少年男子單打錦標賽	陸信謙
14歲或以下青少年女子單打錦標賽	福井季実香
18歲或以下青少年男子單打錦標賽	伍凌峰
18歲或以下青少年男子雙打錦標賽	陳珏廷 / 陳皓維
18歲或以下青少年女子單打錦標賽	陳巧澄
18歲或以下青少年女子雙打錦標賽	陳巧澄 / 楊皓晴
40歲或以上女子雙打錦標賽	小倉千紗 / 林劍菁
45歲或以上男子雙打錦標賽	張添福 / 黎百年

是次賽事的首個決賽日為11月3日(星期日)，作為本屆賽事的首場決賽，14歲男單由賽事的3號種籽陸信謙對徐旻曦。兩位首次打入決賽的球員毫不怯場，於比賽初段已不斷向對方進攻，務求取得領先。陸信謙在比賽中較對手更早進入狀態，乘著對手較多失誤的情況下，取得4-1領先。縱使徐旻曦一度連取4局並反先5-4，唯陸信謙隨後連取3局並以7-5先下一城。陸信謙在第二盤開賽初段再次連環破發，又一次以4-0領先。即使徐旻曦在第5局成功破發，但仍不足以抵抗狀態大勇的陸信謙。最終陸信謙以盤數7-5、6-2擊敗徐旻曦，首奪賽事冠軍。14歲或以下青少年女子單打賽事方面，由曾於英國留學，今年隨家人來港的日本裔選手福井季実香對賽事4號種籽馬嘉希。2位2011年出生的球員，在本屆賽事中一路高歌猛進，展現出非凡潛力。日本裔的福井季実香在決賽中的表現可人，即使馬嘉希在比賽中步步進逼，仍能以6-4先取一盤。雖然在第二盤初段一度以1-1打成平手，但福井季実香並沒有因此自亂陣腳，反而表現更勝首盤，在關鍵時刻的成熟與冷靜處理及兩度破發下，最終以局數6-4、6-1直落兩盤得勝，首次參賽即奪得冠軍。

當天最後一場決賽——停辦4屆但今年復辦的40歲或以上女子雙打錦標賽，由本屆賽事頭號種籽、於2017年至2019年間3度衛冕賽事冠軍的「港日」組合——林劍菁 / 小倉千紗，對賽事2號種籽呂瑞潔 / 劉頌欣。作為本地先進組賽事的冠軍「常客」，林劍菁 / 小倉千紗於決賽中展現出超群實力，在實力及經驗皆優於對手。除了在網前頻繁得分，在第二盤時更多次把握對手失誤，最終以6-4、6-2擊敗對手，成功締造「四連霸」的輝煌成就。



值理陳永浩先生(中)向14歲或以下男子單打錦標賽冠軍陸信謙(右)及亞軍徐旻曦(左)頒獎。



值理陶家祈先生(中)向14歲或以下女子單打錦標賽冠軍福井季実香(右)及亞軍馬嘉希(左)頒獎。

在11月16日 (星期六)，下午一時半進行的18歲或以下青少年女子雙打錦標賽決賽，由賽事頭號種籽，陳巧澄 / 楊皓晴對雷宥心 / 蕭嫻。陳巧澄 / 楊皓晴這對組合於決賽中並沒有遇上太多考驗，在比賽中多次破發的情況下，直落兩盤6-2、6-1輕取對手，陳巧澄更個人奪得本項賽事的2連冠。

14歲及18歲或以下青少年組別、45歲或以上男子及40歲或以上女子雙打冠軍出爐

CRC OPEN 2024

緊接上演的18歲或以下青少年男子雙打錦標賽決賽，由陳珏廷 / 陳皓維對伍凌峰 / 楊汶樂。作為賽事的1號及2號種籽，雙方在首8局各自破發一次，以4-4平分秋色。但實力及經驗佔優的「雙陳」組合，在第9局破發後力保發球局，成功以6-4取得領先。在第2盤時，「雙陳」組合並沒有放軟手腳，休息過後在首3局中已兩度破發，以局數3-0 遙遙領先。即使「伍楊」配曾一度追近至4-3，此時「雙陳」再度發力，成功保發外更以破發為賽事作結，直落兩盤6-4、6-3成功封皇。陳珏廷更與其兄長陳珏汛(2021年賽事冠軍)看齊，同樣獲得18歲或以下青少年男雙冠軍頭銜。



值理蘇源輝先生(中)向18歲或以下男子雙打錦標賽冠軍陳珏廷(右一)/陳皓維(右二)及亞軍伍凌峰(左一)/楊汶樂(左二)頒獎。



值理辛彭芷君博士(中)向18歲或以下女子雙打錦標賽冠軍楊皓晴(右二)/陳巧澄(右一)及亞軍雷宥心(左一)/蕭嫻(左二)頒獎。



值理陳永浩先生(中)向40歲或以上女子雙打錦標賽冠軍林劍菁(右一)/小倉千紗(右二)及亞軍呂瑞潔(左一)/劉頌欣(左二)頒獎。

在接著的11月17日(星期日)一共進行了3場決賽。因天雨關係，當天的45歲或以上男子雙打錦標賽及18歲或以下青少年男子單打錦標賽需要移師至室內網球場進行。45歲或以上男子雙打，由張添福 / 黎百年對莫君逸 / William Wang。貴為賽事的1號種籽，張添福 / 黎百年於晉級路上未有遇上太大考驗，在只失一局的情況下打進決賽。各奪3屆冠軍的「張黎」組合，在開賽初段表現慢熱，受制於對手的凌厲及迅速攻勢，迅即陷入困境。在首盤以2-6被對手打破「金身」。在休息後，「張黎」組合在第2盤重拾狀態，調整打法後便迅即取得領先及重新主導賽事，並以6-0贏得第二盤，扳回盤數1-1。去到第三盤「搶十」大戰，兩隊為奪冠軍頭銜盡施渾身解數。「張黎」組合承著第二盤的強大氣勢，以10-5將賽事拿下。除了是「張黎」組合的首個冠軍，亦是兩位球員各自第4度取得45歲或以上男子雙打錦標賽的冠軍。

緊接同樣於室內網球場進行的18歲或以下青少年男子單打錦標賽，由賽事的1及2號種籽，伍凌峰及楊汶樂進行對壘。兩位球員在前一天一同出戰青少年男雙賽事，可惜失之交臂。雙方非常熟悉對方的打法，每一局皆爭持激烈，使球賽陷入膠着狀態。最終憑藉在把握決勝分上的優勢及較少無壓力下犯錯，伍凌峰以6-2、7-6(4)取得個人在CRC OPEN中的首個冠軍。至於當天最後一場的18歲或以下青少年女子單打錦標賽決賽，由於天氣放晴，賽事終於可回歸室外網球場進行。作為賽事的頭號種籽及衛冕冠軍，陳巧澄在比賽中展現超群實力。即使在晉級路上擊退賽事2號種籽挺進決賽的蕭嫻，在陳巧澄猛烈的攻勢下招架乏力，被逼得接連犯錯，失誤頻頻。最終陳巧澄以6-1、6-3直落兩盤封后，成功衛冕並實現賽事兩連霸，同時蟬聯賽事的雙料冠軍。



副義務司庫梅雯珊小姐(中)向45歲或以上男子雙打錦標賽冠軍張添福(右二)/黎百年(右一)及亞軍莫君逸(左二)/William Wang(左一)頒獎。



值理兼賽事總監林方先生(中)向18歲或以下男子單打錦標賽冠軍伍凌峰(右)及亞軍楊汶樂(左)頒獎。



值理傅浩堅教授(中)向18歲或以下女子單打錦標賽冠軍陳巧澄(右)及亞軍蕭嫻(左)頒獎

公開組男、女子單、雙打及混合雙打錦標賽決賽於11月24、30日及12月1日進行，本會將於下月會訊為各位帶來上述5項決賽賽事回顧。

GYM AESTHETICS.® Presents 呈獻

香港中華游樂會二零二四年度全港網球公開賽

GYM AESTHETICS PRESENTS CRC OPEN 2024

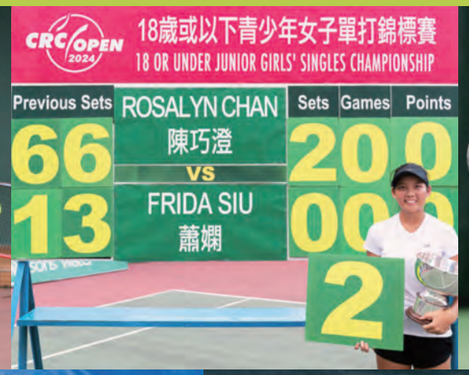
「香港中華游樂會全港網球公開賽」有關詳情請留意 CRC OPEN 的 Facebook (CRC OPEN - Chinese Recreation Club，Hong Kong) 專頁及YouTube 頻道 (CRC OPEN)，亦可在賽事網站 (www.crcopen.com) 及Instagram (crc_open) 專頁，隨時瀏覽賽事的最新消息、資訊及精彩花絮。

crcopen　crc_open　CRC OPEN





























2024年12月活動及外借場地大表

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
01	02 MEN'S A CRC VS SRC *LADIES' A+ HKCC VS CRC 元老(超) CRC VS TAIPO	03	04 LADIES' C CRC VS LRC 2 DSC 淺 15:30-17:00	05	06 JUNIOR DIV A CRC 1 VS KRC *JUNIOR DIV A DBRC VS CRC 2 JUNIOR DIV B CRC VS LRC 1 DSC 淺 15:30-17:00	07
08 冬季新秀網球挑戰盃2024 10:00–16:00	09 元老(超) CRC VS FCTC 2	10	11 LADIES' C CRC VS USRC DSC 淺 15:30-17:00	12	13 *JUNIOR DIV B(補賽) COUNTRY VS CRC DSC 淺 15:30-17:00	14 橡筋熱身及運動伸展工作坊 15:00–16:00
15 冬季新秀網球挑戰盃2024 10:00–16:00	16 元老(超) CRC VS KTC 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗A班 10:00–11:30 羽毛球體驗A班 12:30–14:00 壁球體驗A班 13:00–14:30	17 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗A班 10:00–11:30 羽毛球體驗A班 12:30–14:00 壁球體驗A班 13:00–14:30	18 LADIES' C CRC VS KTC 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗A班 10:00–11:30 羽毛球體驗A班 12:30–14:00 壁球體驗A班 13:00–14:30 DSC 淺 15:30-17:00	19 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30	20 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 DSC 淺 15:30-17:00	21
22 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗B班 10:00–11:30 羽毛球體驗B班 12:30–14:00 壁球體驗B班 13:00–14:30	23 *元老(超) KRC VS CRC 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗B班 10:00–11:30 羽毛球體驗B班 12:30–14:00 壁球體驗B班 13:00–14:30	24 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 聖誕運動體驗營 乒乓球體驗B班 10:00–11:30 羽毛球體驗B班 12:30–14:00 壁球體驗B班 13:00–14:30	25 聖誕節 聖誕兒童聯歡會2024 14:30–17:30 DSC 淺 15:30-17:00	26 聖誕節後第一個周日	27 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 DSC 淺 15:30-17:00	28
29	30 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30	31 中華游樂會聖誕網球訓練營 (紅波) 9:00–10:00 (橙波) 10:00–11:00 (綠波) 11:00–12:30 (黃波) 13:30–15:30 中華奧斯卡除夕倒數晚宴				

MEN'S A+、A、C = 男子 A+、A、C 網球聯賽
LADIES' A+、A 、B、C = 女子 A+、A、B、C 網球聯賽
JUNIOR = 青少年網球隊際賽
***= 作客賽事**

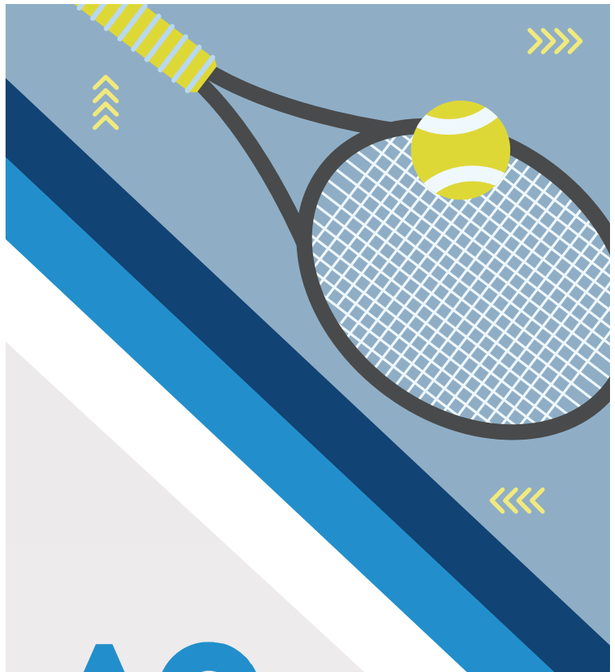
地點：
淺 = 淺水泳池

DSC = 德思齊加拿大國際學校

* 以上外借場地時間如為暫定性質，外借場地時間如有更改，以會內張貼告示為準。

約定你 提醒你

1 參加者如在截止報名日期後退出活動，在有後備頂替及本會沒有損失的情況下，可免收費。否則，費用照收，即使參加者能提供退出理由或醫生證明，亦不設退款。
2 青少年秋季網球聯賽於9月6日展開，為期3個多月。屆時部份網球場由18:00起將預留作比賽用途，敬請留意。
3 冬季網球聯賽於9月9日展開，為期3個多月。部份網球場由19:00起將預留作比賽用途，敬請留意。
4 本會於10月19日至12月1日舉行CRC OPEN 2024屆時8-13號網球場於傍晚及星期六、日將留作比賽之用。比賽期間，1-13號網球場將暫停接待來賓。來賓到會打球，可按既定方式前往室內網球場或天台網球場。不便之處，敬請原諒。



澳洲網球直播

網球四大滿貫賽事之一，2025年首個大滿貫賽事，澳洲網球公開賽 (澳網) 將於2025年 1 月12 日至 26 日在墨爾本公園盛大舉行。**本會會所雅廊將於營業時間內直播賽事。女子單打及男子單打決賽分別於1月25及26日進行。**屆時會所雅廊將營業至決賽結束。

有關整個賽事直播詳情，請留意會內宣傳。

康體/青訓恆常訓練班（12月）

網 球

JR網球隊A2隊訓練
逢星期六 14:00-16:00
JR網球隊B隊訓練
逢星期六 18:00-20:00
JR網球隊C1隊訓練
逢星期六 11:00-13:00
JR網球隊C2隊訓練
逢星期六 09:00-11:00

乒乓球

JR 初班
逢星期三 17:00-18:00
JR 兒童啟蒙班
逢星期日 15:00-16:00

羽毛球

JR 綜合班
逢星期二 17:00-18:30

繪 畫

小畫家班
A 班 逢星期六 10:00-11:30
B 班 逢星期六 11:30-13:00
C 班 逢星期六 13:00-14:30
少年技巧班
A 班 逢星期一 16:00-17:30
B 班 逢星期一 17:30-19:00
成人創作班
逢星期一 19:00-20:30

運動伸展

A 班
逢星期二 16:15-17:30

兒童跆拳道

兒童班
逢星期六 17:00-18:00

健康舞

午間 A 班
逢星期一、四 14:00-15:15
午間 B 班
逢星期一、四 15:30-16:45
早上班
逢星期三、五 10:00-11:30

水療運動

A 班
逢星期二 16:00-17:00
B 班
逢星期三 16:00-17:00
C 班
逢星期五 16:00-17:00

Pilates

A 班
逢星期二 15:00-16:15

瑜 伽

初班
逢星期四 19:00-20:30
學習班 (A)
逢星期二 10:00-11:30
學習班 (B)
逢星期四 10:00-11:30
學習班 (C)
逢星期三 18:30-20:00
健體瑜伽班
A 班 逢星期五 20:15-21:30
B 班 逢星期日 09:00-10:15

太極拳

初班
逢星期一 17:00-18:00
中班
逢星期一 18:15-19:15













有關訓練班詳情，請參閱康體 / 青訓訓練課程報名表
以上恆常班學費皆按月收費。



平安夜及聖誕節
半自助餐

半自助午餐

2024年12月25日 12:00-14:30

成人 $398　　小童 $228

半自助晚餐

2024年12月24及25日 18:30-21:30

成人 $548　　小童 $328

預訂半自助晚餐4人或以上
可獲免費特色雞尾酒或餐酒1杯

豐富聖誕禮物抽獎於12月24及25日半自助晚餐進行
小童：3歲至11歲 | 所有訂座需經餐廳確認 | 訂座一經確認即時簽單入賬，不設取消及退款
聖誕節半自助午 / 晚餐期間，暫停散點供應

西餐廳電話：2102 9822

圖片只供參考

西餐廳 WESTERN RESTAURANT

平安夜及聖誕節半自助餐

	半自助午餐		半自助晚餐
	粟米忌廉湯 / 意大利雜菜湯	湯 自選一款	粟米忌廉湯 / 意大利雜菜湯
	瑞士拉可雷特芝士 配 法包條 / 雜錦凍肉拼盤	小 食	瑞士拉可雷特芝士 配 法包條 / 雜錦風乾拼盤 (風乾牛肉 / 谷巴火腿 / 巴馬火腿 / 莎樂美香腸)
	凱撒沙律(煙三文魚 / 煙鴨胸 / 燒雞肉) / 燒火雞沙律 / 菠蘿西芹蝦沙律 / 紅菜頭羽衣甘藍發達芝士沙律	環球沙律	凱撒沙律(煙三文魚 / 煙鴨胸 / 燒雞肉) / 燒火雞沙律 / 菠蘿西芹蝦沙律 / 紅菜頭羽衣甘藍發達芝士沙律 / 泰式牛肉沙律
	烤焗原隻聖誕火雞 / 金門火腿	烤 肉	烤焗原隻聖誕火雞 / 金門火腿
	凍海蝦 / 加拿大翡翠螺 / 紐西蘭半殼青口	凍海鮮市場	凍海蝦 / 加拿大翡翠螺 / 紐西蘭半殼青口
	花雕醉雞翼 / 泰式無骨鳳爪 / 特色脆春卷 / 沙爹雞肉及豬肉串燒 / 泰式香辣豬頸肉	東南亞熱食	花雕醉雞翼 / 泰式無骨鳳爪 / 特色脆春卷 / 沙爹雞肉及豬肉串燒 / 炸蝦餅 / 泰式香辣豬頸肉
	墨魚丸 / 扎肉 / 肥牛 / 牛丸 河粉 或 米粉 配自家製魚露 / 炸蒜 / 辣椒醬 白灼時蔬(菜心 / 生菜)	即煮粉麵	墨魚丸 / 扎肉 / 肥牛 / 牛丸 / 蝦球 / 鮮蝦雲吞 河粉 或 米粉 配自家製魚露 / 炸蒜 / 辣椒醬 白灼時蔬(菜心 / 生菜)
	(成人) 炭燒澳洲西冷肉眼配乾蔥紅酒燒汁 / 泰式紅咖哩海鮮飯 / 炭燒英國豬柳配白菌燒汁 (小童) 聖誕燒春雞配蜜糖燒菠蘿 / 英式脆炸魚柳伴炸薯條	主 菜 自選一款	(成人) 炭燒特級美國有骨肉眼配乾蔥紅酒燒汁 / 海鹽三文魚扒配迷你八爪魚及刺身帶子 / 鹹蛋黃大虎蝦伴脆米餅 (小童) 聖誕燒春雞配蜜糖燒菠蘿 / 英式脆炸魚柳伴炸薯條
	聖誕布甸配白蘭地吉士汁 / 薑餅 / 聖誕免治批 / 聖誕樹頭蛋糕 / 芒果布甸 / 意大利奶凍 / 雪花啫喱糖 / 鮮果盤 / 日式芝士球 / 忌廉泡芙 / 藍莓芝士餅	甜品	聖誕布甸配白蘭地吉士汁 / 薑餅 / 聖誕免治批 / 聖誕樹頭蛋糕 / 美式芝士餅 / 鮮果盤 / 香脆蘋果卷 / 特濃朱古力餅 / 意大利奶凍 / 焗蛋撻仔 / 法式燉蛋 / 陳皮紅豆沙



圖片只供參考

中餐廳 CHINESE RESTAURANT

2024 中華奧斯卡

除夕倒數晚宴

12月5日
早上11時起
接受預訂

二零二四年十二月三十一日

19:30-00:30 | $980位 (4位起)

地點：6樓中餐廳

席間無限酒水供應
氣泡酒、白酒、紅酒、啤酒及汽水
設有遊戲節目、多輪幸運大抽獎及現場歌手表演

TOP 3 AWARDS

2 Apple iPad Pro (11吋 256GB)

1 Apple iPhone 16 Plus (256 GB)

3 Panasonic IH磁應金鑽西施電飯煲(1.0公升)

除夕派對晚宴期間，暫停散點供應
預訂除夕晚宴最少4位起。每位會員最多可預訂一枱（12位）
本會定於12月5日早上11時接受預訂（座位有限，先訂先得）
須於12月16日前填妥預訂表格交回餐廳
即時入賬確認，不設取消/退款
除夕晚宴座位有限，先訂先得。以餐廳作實為準

查詢中餐廳 2102 9821

香港中華游樂會
CHINESE RECREATION CLUB, HONG KONG

香港大坑銅鑼灣道123號
123 Tung Lo Wan Road, Tai Hang, Hong Kong
www.crchk.org