JANUARY 2025

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

會員Mobile App現已正式啟用

農曆新年局部開放安排

活動預告

MWT新春網球訓練營

新春麻雀王大賽

健身工作坊

活動花絮

CRC OPEN
冠軍出爐及花絮

聖誕兒童聯歡會

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、天台多用途場地

C 座
G/F: 正門、接待處、Pro Shop、兒童遊樂場、會所雅廊、牌房 9、訂場處
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 Partner Employer Award 嘉許計劃
Social Capital Builder 社會資本動力獎 2022-24
MIX Paper | Supporting responsible forestry FSC® C122893 www.fsc.org
PRINTED WITH SOY INK

Contents 目錄

2025年1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
- 2025年名譽會長
- 恭賀值理莫君逸先生及會員霍啟剛先生當選港協暨奧委會義務委員

6
- 會員Mobile App 現已正式啟用
- 勵德邨「寒冬送暖顯關懷」探訪活動

7
農曆新年局部開放安排



活動預告

8
MWT新春網球訓練營

9
MWT網球恆常班 (2-3月)

10
- 新春麻雀王大賽
- 1-2月健身工作坊

活動花絮

11
- 冬季新秀網球挑戰盃
- 2024 CRC Tennis Convenors Tournament 2024

12-13
CRC OPEN 賽事快報





14-15
- CRC OPEN 賽事花絮
- CRC OPEN 拾球僮



16
聖誕兒童聯歡會





17
- 聖誕運動體驗營
- 聖誕網球訓練營

18
- HKCTA Invitational Inter-club Pickleball Championships
- 上海 International Women's Tennis Club 友誼賽
- 12月健身工作坊

19
- 紀利華木球會一百三十週年全港會所及大灣區精英網球邀請賽
- 更新高爾夫球室預訂時間

活動資訊

20
青少年網球代表隊2025春季聯賽

21
1月康體 / 青訓恆常訓練班

22-23
- 1月活動及外借場地大表
- 蓮花山高爾夫球會豁免預訂行政費

飲食推介

24
中餐廳：吉祥賀歲糕點推介

25
中餐廳：中華珍饈盆菜

26-27
- 中華奧斯卡除夕倒數晚宴
- 西餐廳聖誕半自助餐

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

喜迎2025年乙巳蛇年！農曆新年將至，我謹代表本會仝人恭祝各會友身體健康、萬事如意！

飲食推廣

本會中餐廳特別呈獻一系列滋味新春賀年糕點，寓意各會員新年進步、步步高陞。中餐廳備有盆滿缽滿的豐盛盆菜，以及賀年新春菜式及套餐，祝願會員們新一年萬事如意、健康豐足。分享佳節喜悅，會友們均喜歡到本會中餐廳舉辦春茗團拜活動，如需訂座或查詢詳情，請與本會中餐廳聯絡。

重點活動花絮與展望

今期會訊特別輯錄了年度壓軸活動除夕倒數晚宴「中華奧斯卡」，以及聖誕兒童聯歡會的精彩花絮。在此感謝會友們的熱烈支持，兩個活動均獲得會友一致讚賞，精彩活動花絮詳見第16頁及26頁。踏入2025年，本會繼續致力為會友提供更多元化的活動，為讓農曆新年過得更加充實，本會已籌備了MWT新春網球訓練營、新春麻雀王大賽 - 廣東牌2025，歡迎會友從速報名！

會員專屬之手機應用程式正式推出

會員專屬之手機應用程式已於2025年1月1日正式推出，為確保其功能能夠更好地滿足會友的需求，我們會積極地聆聽會友們的意見。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。

會所大型升級翻新工程

配合D座大樓即將於2025年第三季重建完成，本會同時致力升級翻新會所各主要設施，藉以為會員提供更優質的會所環境。C座天面及外牆滲水修繕工程已於2024年7月展開，至今工程按時間表全力推展，進度理想，預計將於農曆新年前完成整個工程，而C座天台匹克球場預計可於農曆新年後重新開放予會友使用。另一方面，A座天面及外牆滲水修繕工程已於12月底展開，由於A座天台需進行打鑿工程，工程期間有機會產生噪音及影響A座部份設施，就工程對會友造成不便謹此致歉，唯工作團隊會盡力減少對會員影響，工程特設降低噪音及減少灰塵等措施，並以提升設施安全、衛生及環保效益為大原則。期望本會設施繼續與時並進、升級翻新後更能滿足會友的需求！

總經理梁文滔
2025年1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。

2025年名譽會長

本會名譽會長按年度聘請。2025年名譽會長名單如下：
何世華先生、何超瓊女士、梁定邦先生、霍震霆先生、霍震寰先生

熱烈恭賀本會會員霍啟剛先生及值理莫君逸先生當選中國香港體育協會暨奧林匹克委員會（港協暨奧委會）義務委員

中國香港體育協會暨奧林匹克委員會（港協暨奧委會）於2024年12月10日假奧運大樓舉行2024年周年大會，選出七名義務委員，包括五名副會長和兩名義務副秘書長。在此熱烈恭賀霍啟剛先生當選為副會長，以及莫君逸先生當選為義務副秘書長。期望他們繼續為本地體壇作出貢獻，進一步推動體育發展！



恭賀本會會員霍啟剛先生(前排右三)當選為副會長，以及值理莫君逸先生(後排左二)當選為義務副秘書長 (港協暨奧委會提供相片)

會員Mobile App 現已正式啟用

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已於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，就可以進行預訂。您還可以輕鬆管理您的預訂並查看過往的預訂紀錄。

Download on the App Store

GET IT ON Google Play



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**。

勵德邨「寒冬送暖顯關懷」探訪活動

本會一直致力推動社區共融，適逢聖誕佳節，CRC 職員義工隊夥拍「房協友里」，一同籌辦「寒冬送暖顯關懷」上門探訪義工活動。在聖誕前夕為獨居及雙老長者送上禮物及祝福，共度歡樂節日。





農曆新年局部開放安排

2025年1月28日及1月30日

年廿九及正月初二(2025年1月28日及1月30日)會所局部開放，具體安排如下：

年廿九 (2025年1月28日)

- 停車場維持原有服務不變，即招待會員及來賓。開放時間由07:00至翌日02:00。照常收費。不開放C座會所正門。
- 室外網球場，開放時間由08:00至18:00。招待會員及家屬，不招待來賓。免收費用。球場不提供照明。
- B座男、女更衣室，開放時間由08:00至19:00。招待會員及家屬，不招待來賓。免收費用。
- 訂場處開放時間，由08:00至18:00。
- 如遇天雨，開放室內網球場。招待會員及家屬，不招待來賓。照常收費，並執行現有訂場規則。

大年初一 (2025年1月29日)

- 餐廳及其他部門全日休息，不開放。

大年初二 (2025年1月30日)

- 停車場開放時間由08:00至19:00。招待會員及家屬，免收費用。不招待來賓。不開放C座會所正門。
- 室外網球場、B座男、女更衣室、訂場處之開放時間及服務安排與年廿九相同。

除上述設施於指定時間提供有限度服務外，會所其他部門包括餐廳於年廿九、正月初一及初二均暫停服務。

體育用品店Pro Shop、按摩室安排如下：

- 體育用品店Pro Shop：年廿九起休息，正月初七 (2025年2月4日)啟市。
- 男、女按摩室：年廿九起休息，正月初七(2025年2月4日)啟市。

中華游樂會
新春網球訓練營

本會將於新春期間再次與Mike Walker Tennis (MWT)合作，繼續舉辦「新春網球訓練營」，旨在培養小朋友對網球的興趣，發掘運動潛能。是次網球訓練營將設有紅波、橙波、綠波及黃波4個不同程度，適合4歲或以上的小朋友及青少年參加。

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，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。

第1周

班別	對象	日期	時間	會員收費	來賓收費	名額
紅波班	4－8歲	1月20-24日 星期一至五 (共5堂)	9:00-10:00	$1,200	$1,440	每班6人
橙波班	8－10歲		10:00-11:00	$1,200	$1,440	每班6人
綠波班	9－10歲		11:00-12:30	$1,800	$2,160	每班4人
黃波班	11－14歲		13:30-15:30	$2,400	$2,880	每班4人

第2周

班別	對象	日期	時間	會員收費	來賓收費	名額
紅波班	4－8歲	1月27-28,30-31日 星期一,二,四,五 (共4堂)	9:00-10:00	$960	$1,152	每班6人
橙波班	8－10歲		10:00-11:00	$960	$1,152	每班6人
綠波班	9－10歲		11:00-12:30	$1,440	$1,728	每班4人
黃波班	11－14歲		13:30-15:30	$1,920	$2,304	每班4人

第3周

班別	對象	日期	時間	會員收費	來賓收費	名額
紅波班	4－8歲	2月3-7日 星期一至五 (共5堂)	9:00-10:00	$1,200	$1,440	每班6人
橙波班	8－10歲		10:00-11:00	$1,200	$1,440	每班6人
綠波班	9－10歲		11:00-12:30	$1,800	$2,160	每班4人
黃波班	11－14歲		13:30-15:30	$2,400	$2,880	每班4人

是次新春網球訓練營將由 Mike Walker Tennis (MWT)協辦，由創辦人Michael Walker (前HKTA球員發展總監)監督及挑選精英教練團隊任教。

報名日期: 即日起至1月13日(星期一)

備 註:

1. 費用已包括教練及器材費。
2. 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網球拍上課。
3. 課程名額有限，優先次序如下:
   a. 會員優先取錄，報名人數超出限額，將以抽籤方式分配。
   b. 若截止後仍有餘額，將分配給來賓，如來賓參加人數多於餘額位置，則以抽籤方式分配餘額。
4. 抽籤將於截止報名翌日進行，結果會於抽籤後3日內以WhatsApp形式通知參加者。

MWT 網球恆常班 (2025年2-3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，請留意稍後公布。 | 如因場地關係而未能上課，收費將按比例扣除。



比賽日期
2月2日(星期日｜年初五)

比賽地點
C座1樓牌房

比賽時間：下午2時30分開始

名額： 32名(額滿即止，若參加人數少於20人則比賽取消)
費用： 每位$65(已包括茶點一份)
對象： 本會18歲以上會員及家屬
截止報名日期： 1月12日(星期日)
獎項： 分冠、亞、季、殿，各得中華游樂會餐飲禮券
冠、亞、季得獎者兼得水晶獎座。
賽 制： 以8圈定勝負。每位參加者將獲發2000籌碼，
完成首4圈後，將統一計算積分及執位。
於執位後每位參加者將重新派發2000籌碼繼續作賽。
食糊亦不得連莊。如遇總積分相同者，
則以雙贏家計算。獎座則以抽籤方式決定先取者。
其他得獎者之獎座，則於稍後時間補發。

***比賽前將以抽籤形式進行分枱，來自同一家庭之參加者須分枱作賽。**

番 數	三	四	五	六	七	八	九	十
出銃者	8	16	24	36	48	64	96	128
自 摸 (每位付給贏家)	4	8	12	18	24	32	48	64

備註：參加者需於比賽開始前15分鐘到達報到，並必須留至全部比賽完成，不得提前離場。

比賽規則：
採用三三制，三番起糊，十番最大。雞糊作詐糊，詐糊每位賠十番。全銃制（十二章包自摸）。凡例牌（例如：十三么、字一色等等）作十番計。有花，無門前清，無不求人。有截糊無雙響。暗槓必須開牌，搶槓計食糊。摸盡打盡。摸和過莊，見白不收，舉手不回。叫碰即碰，遇有人碰牌，不要摸牌。

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)

椅子健身操工作坊

椅子健身操工作坊，是以椅子作為下半身支撐，利用簡單的動作舒展及訓練身體。椅子健身操在辦公室或家中也能輕鬆完成。

本工作坊特別設計一套全面、輕鬆而安全的椅子伸展及訓練方法，令你能輕鬆鍛鍊身體！

日 期：2月8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：駐場教練蘇善盈
截止日期：2月5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。

CRC冬季新秀網球挑戰盃

WINTER ROOKIE TENNIS CHALLENGE CUP 2024

本年度「CRC冬季新秀網球挑戰盃」已順利完成，今年比賽獲得本會青少年球員的鼎力支持，共有19人參加，共舉行3個賽事項目，總場數接近30場。各位球手施展渾身解數，經歷了一輪又一輪激烈的比賽。
在此感謝一眾參賽者的支持並恭賀每一位優勝者。
特別鳴謝贊助商愛保健康用品(Able Health)贊助嘉利仕潤喉糖作賽事獎品。

各項賽事優勝者名單：

項 目	冠 軍	亞 軍
7歲或以下男女子單打(紅波)	王子涵 ERICK	李慕妗 AMELIA
7歲或以下男女子單打(紅波)－碟賽	張子倩 CELINE	吳皚玥 AVALYN
8歲或以下男女子單打(橙波)	梁凱睿 OLIVER	梁栢希 JATHAN
8歲或以下男女子單打(橙波)－碟賽	尹美晴 MEGAN	/
9歲或以下男女子單打(橙波)	孔繁銘 DOMINIC	蘇浩中 NATHAN











CRC Tennis Convenors Tournament 2024

本年度「CRC Tennis Convenors Tournament 2024」已於12月1日順利完成，今年比賽獲得各會球員的鼎力支持，共有20人參加。賽事結束後，各球員於本會西餐廳用膳及觀賞CRC OPEN 男單決賽，及隨後進行頒獎。
特別鳴謝本會代表：陶家祈先生、黃漢輝先生及文昌明先生。



優勝者名單：



冠軍 - 劉偉德(中)、梁恩文(右)



亞軍 - 李榮晉(左)、譚旭生(右)

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圓滿落幕

GYM AESTHETICS PRESENTS CRC OPEN 2024

公開組別男、女子單、雙打及混合雙打冠軍出爐

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)經過為期六星期的連串激戰後，於12月1日圓滿結束。最為矚目的男單最終由特別來港比賽的法國職業球手，ATP排名最高曾達303位的Arthur Weber力壓群雄，於本賽封王；伍曼瑩則憑着穩健發揮，橫掃女單、女雙、混雙，成為本屆賽事「三料冠軍」。男雙冠軍由梁以行和劉駿軒奪得，女雙冠軍則是伍曼瑩和梁筠彤。

作為5大公開組賽事的「頭炮」，混雙決賽率先在11月24日舉行。決賽雙方為伍曼瑩 / Raul Alberto Guardia及梁筠彤 / 梁以行。這場歷時2小時20分鐘的決賽，由於實力接近，雙方在比賽中不斷你追我趕。當其中一方「破發」並取得領先時，另一隊則在隨後數局以相同方式迎頭趕上。其中在第二盤的第5局時，更要經過7次「刁時」(Deuce)才能分出該局勝負，可見比賽競爭激烈。經過2盤激戰後，賽事打成1-1平手，需要以「10分決勝局」來決定冠軍誰屬。在10分決勝局初段相方一度打成3-3平手，但「轉場」後伍曼瑩 / Raul Alberto Guardia再度發力，一口氣連取7分下，最終以6-4、6-7(5)、10-3將混雙冠軍拿下。

11月30日進行女子單打和男子雙打決賽。在女單決賽，伍曼瑩在第一盤開賽初段已經迅速進入狀態，開局初段已遙遙領先5-0。此時表現較慢熱的梁筠彤經過一輪適應後，逐漸重拾比賽節奏。可惜因初段失分過多，最於被伍曼瑩以6-3先取一盤。去到第二盤時，雖然梁筠彤曾於第6局破發，唯隨即於第7局被伍曼瑩「破發」抵銷領先優勢。雙方爭持激烈下戰至6-6平手，賽事須進入「搶七」分勝負。伍曼瑩於「搶七」中火力全開，全取7分下以7-6(0)再下一城，直落兩盤6-3、7-6(0)，自2013、2014及2022年後，第四次摘下桂冠。在緊接的男雙決賽，雙方球員合演一場發球大戰，兩隊全場合共開出10個Ace球。整場賽事節奏明快，雙方球員皆以發球來牽制對方行動，同時在來回球中及網前不斷的向對方施壓。球員們稍一不集中便會被對方有機可乘。雙方高水平的對賽，為觀眾們帶來滿滿的視覺饗宴，比賽打得是高潮迭起、驚呼連連，讓觀眾們看得如痴如醉。經過1小時26分鐘的高強度較技後，梁以行和劉駿軒以7-5、6-3連取兩盤，戰勝王瑞麟和尤敬謀的「港台」組合。

12月1日進行的決賽先有男子單打公開錦標賽，由香港台維斯盃代表吳奇龍對戰來自法國的職業球手Arthur Weber。作為歷史第四年長的ATP挑戰賽首冠得主，Arthur Weber的實力毋庸置疑。Arthur Weber於比賽中不斷擊出落點深且高回彈的擊球，使對手難以回擊。同時憑藉熟練的控球技巧不停調動對手，使其疲於奔命的去防守。縱使吳奇龍在比賽中扭盡六壬，不斷的調整戰術盡量爭取分數，唯仍然無法跨越這道「法國高牆」。最終Arthur Weber以6-1、6-2的賽果，首次參賽即捧走冠軍獎盃。壓軸進行的是女子雙打公開錦標賽，兩位先後在混雙及女單兩場決賽中對決的球手伍曼瑩及梁筠彤，在女雙攜手合作，矢志奪冠而回。 作為賽事的頭號種籽，在決賽中表現超群實力，面對Marina Filipenko和Sviatlana Pirazhenka這對東歐組合，表現得游刃有餘，把對手的攻勢一一化解。最終「伍梁配」以6-3、6-2，贏得女子雙打冠軍頭銜，今次亦是伍曼瑩第五次贏得女雙冠軍。



香港中華游樂會主席何艾文先生（右二）、Gym Aesthetics董事總經理黃敏詩女士（左四）、賽委會主席莫君逸先生（左三）、眾值理及眾網球部委員與男單冠軍Arthur Weber（右三）及亞軍吳奇隆（右四）合照。



賽委會主席莫君逸先生（中）頒獎予女單冠軍伍曼瑩（右）及亞軍梁筠彤（左）。



香港中華游樂會義務司理施熙禮先生（中）頒獎予男雙冠軍梁以行（右一）/劉駿軒（右二）及亞軍尤敬謀（左一）/王瑞麟（左二）。



香港中華游樂會副義務司庫梅雯珊小姐（中）頒獎予女雙冠軍伍曼瑩（右一）/梁筠彤（右二）及亞軍Marina Filipenko（左一）/Sviatlana Pirazhenka（左二）。



香港中華游樂會值理馮鈺斌博士(中) 頒獎予混雙冠軍伍曼瑩（右二）/ Raul Alberto Guardia（右一）及亞軍梁筠彤（左二）/梁以行（左一）。

香港中華游樂會主席何艾文先生表示：「本賽事作為中國香港網球總會（網總）認可的本地三大計分賽之一，每屆賽事都吸引精英網球手參賽，我們樂見愈來愈多網球手的積極參與，甚至有球手特別遠道而來。十分感謝冠名贊助Gym Aesthetics與一眾贊助機構對賽事的鼎力支持，助我們構建這個實戰交流平台，將網球運動『普及化、精英化、盛事化、專業化和產業化』推至新境界，並為全港市民帶來緊張刺激的比賽節奏，給網球發展凝聚更強勁的力量。」

「香港中華游樂會全港網球公開賽」賽委會主席莫君逸表示：「本會不僅着重培訓年輕球手，設有18歲或以下和14歲或以下的青少年賽事，藉此發掘網球新星，亦希望讓更多不同年齡的球手都可以在賽場一展球技。本屆賽事還增設了兩個項目，分別是『45歲或以上男子雙打』和『40歲或以上女子雙打』。這兩個繼2019年後再次舉辦的項目，旨在鼓勵中年球手踴躍參賽，即使較年長都能在賽場揮灑汗水，努力爭勝。」

賽事結果

公開組	女單冠軍	伍曼瑩
	女雙冠軍	伍曼瑩 / 梁筠彤
	男單冠軍	Arthur Weber
	男雙冠軍	梁以行 / 劉駿軒
	混雙冠軍	伍曼瑩 / Raul Alberto Guardia
45歲或以上	男雙冠軍	張添福 / 黎百年
40歲或以上	女雙冠軍	林劍菁 / 小倉千紗
18歲或以下	女單冠軍	陳巧澄
	女雙冠軍	陳巧澄 / 楊皓晴
	男單冠軍	伍凌峰
	男雙冠軍	陳珏廷 / 陳皓維
14歲或以下	女單冠軍	福井季実香
	男單冠軍	陸信謙

今年香港中華游樂會繼續與九龍樂善堂和愛心聖誕大行動合作，在決賽周內由主裁判執法的賽事，每當球員開出一球ACE，香港中華游樂會便捐出港幣250元予慈善團體，用作社群籌辦活動，傳揚網球帶來的正能量。今年賽事共錄得183球ACE，合共籌得港幣45,750元。

是次賽事得以成功舉辦，除有賴各方球手參與外，更有幸得到各贊助商的鼎力支持。在此感謝一眾贊助商，包括Gym Aesthetics、卓威體育用品（香港）有限公司、愛保健康用品、友營堂有限公司、和興白花油藥廠有限公司及屈臣氏蒸餾水。另外，在此特別鳴謝中國香港網球總會、香港聖約翰救傷隊、賽事委員會、裁判小組、工作人員及青少年訓練部拾球僮等組成的工作單位，在六星期的賽事中緊守各自崗位，不辭勞苦，為賽事提供優質服務。本會定必繼續努力，為球手帶來更完善的比賽及為觀眾帶來更多精彩及高水平賽事。



香港中華游樂會主席何艾文先生(右)向愛心聖誕大行動頒贈善款支票。



香港中華游樂會主席何艾文先生(右)向九龍樂善堂頒贈善款支票。

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

賽事的精彩花絮上載於賽事網站（http://www.crcopen.com）、YouTube 頻道（CRC OPEN）、Facebook 專頁（CRC OPEN - Chinese Recreation Club, Hong Kong）及Instagram (crc_open)，歡迎大家重溫。

crcopen　crc_open　CRC OPEN





CRC OPEN 2024拾球僮

CRC OPEN 2024拾球僮已於5項決賽中完成任務。他們分別在11月24、30日及12月1日的混合雙打公開錦標賽及男、女子單、雙打公開錦標賽出勤。再次多謝賽事副總裁判林曦明先生於11月10日為拾球僮訓練中作出指導，好讓各拾球僮在執勤期間有更好的發揮。



CHRISTMAS Party

2024聖誕兒童聯歡會

聖誕兒童聯歡會2024已於12月25日下午順利舉行。當天共吸引了超過200位會友及來賓小朋友參與，場面相當熱鬧。

節目有如往年豐富，有大大小小的吹氣設施、鬥智鬥力的攤位遊戲，亦有手工藝攤位。各式各樣的攤位遊戲禮物也吸引不少小朋友，大家都務求脫穎而出奪得獎品，當中攤位遊戲的毛公仔大獎更是眾人的爭奪目標。手工藝攤位亦吸引了不少小朋友參與，大家盡情發揮自己的創意，設計屬於自己的手工聖誕樹音樂盒。

今年增設不同的特色小食，包括：糯米糍以及即製牛角包窩夫。此外，聯歡會還設有虛擬實境（VR）與擴增實境（AR）元素的遊戲，讓各參加者有與眾不同的體驗。場內的即影即有相機攤位，亦讓各位可以留著難忘時刻。

是次聖誕兒童聯歡會能順利舉行，實有賴各會友的支持及康樂遊藝部各委員的籌備，期望不久將來由康體部舉辦的不同活動能繼續得到各會友的踴躍參與。





聖誕運動體驗營

羽毛球及乒乓球聖誕運動體驗營成功開辦，感謝各位會員的踴躍參與。小朋友都展現出獨有天賦，在球場上嶄露鋒芒。











Christmas 中華游樂會聖誕網球訓練營

CRC TENNIS X' MAS CAMP 2024

中華游樂會聖誕網球訓練營於12月23至24日、27日，30至31日和1月2至3日期間成功舉辦，是次訓練營為期3日和4日，設有紅波、橙波，綠波及黃波4個不同程度。在教練專業及細心的指導下，小球員們可藉此磨練網球的球感之餘，亦能享受網球訓練所帶來的樂趣，為將來學習高級技術打好基礎。在此感謝各會友踴躍參與。











HKCTA INVITATIONAL INTER-CLUB PICKLEBALL CHAMPIONSHIPS





本會早前報名參加由中國香港網球總會舉辦的 Invitational Inter-club Pickleball Championships。本會派了1隊隊伍於11月23日及24日代表出賽與其他隊伍互相交流切磋球技。

關於匹克球場地安排：
C座天台匹克球場預計會於2月中完成工程，最快將於3月初開放予會員使用。







INTERNATIONAL WOMEN'S TENNIS CLUB 上海友誼賽

「上海 International Women's Tennis Club 友誼賽」已於12月5日順利完成，是次友誼賽獲得本會成人聯賽女子球員的鼎力支持，共有22人參加。各位球手施展渾身解數，交流心得，並於友誼賽後在本會西餐廳用膳。









12月健身工作坊

「橡筋熱身及運動伸展工作坊」已於12月14日順利完成。會友們可以透過工作坊學習以橡筋帶鍛鍊及伸展身體，輕鬆及健康地享受人生！



紀利華木球會一百三十週年全港會所及大灣區精英網球邀請賽

紀利華木球會一百三十週年全港會所及大灣區精英網球邀請賽已於12月14及15日舉行。本會共派出3隊男子隊及3隊女子隊，共6隊參與這個雙打賽事。本會各隊球員名單如下：

1. 女子CRC 1隊：梁筠彤 (Justine LEONG) / 伍曼瑩 (Maggie NG)
2. 女子CRC 2隊：雷宥心 (Lara RAUTI) / 黃瀅芝 (Chloe WONG)
3. 女子CRC 3隊：歐陽潔彝 (Kaye AU YEUNG) / 曾韋遙 (Nicole TSANG)
4. 男子CRC 1隊：黃浩淵 (Steve NG) / 王彥几 (Christian WONG)
5. 男子CRC 2隊：劉駿軒 (Andy LAU) / 梁以行 (Ethan LEUNG)
6. 男子CRC 3隊：柯希曈 (Eton AU) / 黃榮荃 (Bryan WONG)







CRC代表隊們在是次賽事取得令人滿意的成績，6支隊伍在賽事中合共取得3個冠軍。作為CRC OPEN 2024 女子雙打及男子雙打冠軍組合，梁筠彤 / 伍曼瑩及劉駿軒 / 梁以行分別奪得女子組金組冠軍及男子組金組冠軍，並各得冠軍獎金港幣$10,000。另一支由歐陽潔彝 / 曾韋遙搭擋的女子CRC 3隊，亦奪得女子組銀組冠軍及港幣$5,000獎金。此外，黃浩淵 / 王彥几的男子CRC 1隊亦打進男子組金組準決賽，惜敗於男子金組亞軍組合。

在此感謝各球員的努力，為本會於賽事中取得佳績。

更新高爾夫球室預訂時間

由1月1日起，會員或家屬可通過電話、親臨訂場處或利用本會手機應用程式可預訂即日至9天內之高爾夫球室(例：1月1日可預訂1月9日之場地)。如預約高爾夫球私人教練上課，最早可於14天前通過電話或親臨訂場處預訂。

青少年網球代表隊 2025春季聯賽

2025春季聯賽將於1月10日(星期五)展開，本季共派出6組隊伍，分別有A1、A2、B1、B2、C1及C2隊。



A1隊	A2隊	B1隊	B2隊	C1隊	C2隊
主教練 / 助教	主教練 / 助教	主教練 / 助教	主教練 / 助教	主教練 / 助教	主教練 / 助教
---	余曉東 / 程耀翀	金慧廷 / 程耀翀 / 黃國勝	金慧廷 / 程耀翀 / 黃國勝	潘其樂 / 程耀翀 / 黃國勝	劉清怡/ 黃國勝 / 謝燕如
球員名單	球員名單	球員名單	球員名單	球員名單	球員名單
唐樂恒	黃明傑	曾佑麟	羅安怡	歐泓廷	蔡凱琳
柯希正	劉允中	文譔霽	許子瑜	李慕嚴	蘇浩中
黃榮荃	劉允和	李竣民	謝桌林	謝汶橋	潘星宇
余晉光	張尚翹	朱振睿	呂受謙	李子萱	孫晉旻
黎天朗	劉允安	曾佑熹	鍾致熙	文樂霽	梁凱睿
王彥申	朱芷瑩	楊皓程	孫晉嶢	許子瑤	孔繁銘
彭愛寧	翁家盛	梁妍	馮靖潣	王妍	黃皓喬
王子杉	譚立勤	孫啟洋	蔡明君	黎天弘	王竣霆
梁晉桐	施雅耀	高焌琋	黃亦熙	李婧瑜	陳景逸
蕭爾康				鄭君皓	王子涵
				李樂猷	曾佑溱
				孫梓茹	馮靖楠
				吳澍蓁	
				葉澤賢	
				吳芍澄	





康體/青訓恆常訓練班（1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

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

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

兒童跆拳道

兒童班
逢星期六 17:00-18:00









早上健康舞班調整收費

由2月1日起，本會早上健康舞班收費將有所調整，新收費為會員**每堂$90**，來賓為**每堂$110**，敬請留意。

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。

2025年1月活動及外借場地大表

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 元老網球聯賽及混合雙打網球聯賽將於1月初展開，為期3個多月。屆時部份網球場由19:00起將預留作比賽用途，敬請留意。
3 青少年春季聯賽將於1月10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。

混雙 = 中銀香港混合雙打網球聯賽
JUNIOR = 中銀香港青少年網球聯賽
80+、100+、140+ = 元老網球聯賽
***= 作客賽事**

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
			01 元旦	02	03 DSC 淺 15:30-17:00	04 SJC 網8-10號 12:00-14:00
05	06	07 80+女子 DIV2 CRC VS GCYCC SAWFC 壁 10:30-12:00	08 80+男子 DIV2 CRC VS RECREIO2 140+男子 CRC VS CCC 橋牌交流夜 19:00–22:00 DSC 淺 15:30-17:00	09	10 *JUNIOR DIV A CRC1 VS CRC2 *JUNIOR DIV B AC VS CRC1 *JUNIOR DIV B LRC1 VS CRC2 JUNIOR DIV C CRC2 VS CCC DSC 淺 15:30-17:00	11 高強度核心肌肉訓練工作坊 15:00–16:00 Tennis Section Dinner 19:00–22:00 SJC 網8-10號 12:00-14:00
12	13 混雙 DIV1 CRC VS CBGCC 100+男子 DIV1 CRC VS LRC	14 *80+女子 DIV2 USRC VS CRC SAWFC 壁 10:30-12:00	15 混雙 DIV2 CRC VS USRC *140+男子 FCTC VS CRC DSC 淺 15:30-17:00	16 混雙 DIV3 CRC VS CCC	17 *JUNIOR DIV A DBRC VS CRC1 JUNIOR DIV A CRC2 VS HKFC *JUNIOR DIV B COUNTRY VS CRC1 JUNIOR DIV B CRC2 VS NUTC *JUNIOR DIV C NUTC VS CRC1 *JUNIOR DIV C USRC VS CRC2 SJC 網8-10號 14:00-16:00 DSC 淺 15:30-17:00	18
19	20 *混雙 DIV1 HLY VS CRC 100+男子 DIV1 CRC VS IRC 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	21 *80+女子 DIV2 WONDERLAND VS CRC 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	22 80+男子 DIV2 CRC VS YYC 140+男子 CRC VS SRC 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30 橋牌交流夜 19:00–22:00 DSC 淺 15:30-17:00	23 *混雙 DIV3 HKFC VS CRC 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	24 JUNIOR DIV A CRC1 VS HKFC JUNIOR DIV A CRC2 VS KTC JUNIOR DIV B CRC1 VS LRC2 *JUNIOR DIV C LRC VS CRC1 *JUNIOR DIV C DBRC VS CRC2 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30 DSC 淺 15:30-17:00	25
26	27 混雙 DIV1 CRC VS HKCC *100+男子 DIV1 HKFC VS CRC 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	28 會所局部開放 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	29 農曆年初一 會所全日休息	30 農曆年初二 會所局部開放 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	31 農曆年初三 新春網球訓練營 紅波班 9:00–10:00 橙波班 10:00–11:00 綠波班 11:00–12:30 黃波班 13:30–15:30	

地點：
網 = 露天網球場
淺 = 淺水泳池
壁 = 壁球場

DSC = 德思齊加拿大國際學校
SAWFC = 救世軍華富長者中心
SJC = 聖若瑟書院

* 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。



蓮花山高爾夫球會

本會豁免收取預訂打球之行政費

為推廣蓮花山租借服務，本會繼續豁免收取預訂打球之行政費直到另行通知，詳情請留意會內宣傳。

蓮花山高爾夫球會收費如下:

高爾夫球收費	會 員 *CRC會員經CRC預約	會員來賓 *CRC會員來賓經CRC預約
果嶺費（18洞）	免 費	RMB 490 平日 RMB 740 假日
果嶺費（9洞）	免 費	RMB 240 平日 RMB 500 假日
球僮費（18洞）	RMB 260 A級 RMB 240 B級	
球僮費（9洞）	RMB 140 A級 RMB 130 B級	
球車費	RMB 100 2人1車 RMB 170 1人1車	
設施費	免 費	RMB 80

*每日可供租借名額為10個，如遇本會比賽或活動將不設租借。

交通方法:

1) 乘坐高鐵到廣州南站，再步行10-15分鐘轉乘的士 / 滴滴出行 / 高德打車等叫車服務到蓮花山高爾夫球會。
2) 租用7人車由香港直接前往蓮花山高爾夫球會（詳情可向本會康體部查詢）。

歡迎掃描加入

我們誠邀各位會友登記並加入成為 CRC Golf Society 一份子。

CRC GOLF SOCIETY

中餐廳 CHINESE RESTAURANT

吉祥賀歲

糕點推介

歡迎到中餐廳訂購
糕點於二零二五年一月十六日現貨供應
截止取貨日期為一月廿七日(年廿八)

賀年椰汁年糕	秘製馬蹄糕	臘味蘿蔔糕	臘味芋頭糕
$128	$128	$148	$148

自家精製
選用最優質材料
新鮮製造



圖片只供參考

中餐廳電話 : 2102 9821

中餐廳 CHINESE RESTAURANT

鮑參珍饈

中華珍饈盆菜

真材實料

原隻5頭湯鮑　日本髮菜
原件花膠　手打鯪魚丸
日本瑤柱甫　日本花菇
富貴金蠔　黃金炆枝竹
鮑汁玉鵝掌　魚湯浸蘿蔔
澳洲海參件　橫財豬手
鴻運海中蝦　如意豬腩
瑤柱貴妃雞　鮮甜旺菜

$1,800 四位用

$2,600 六位用



歡迎到中餐廳訂購

新鮮足料盆菜需兩日前提早預訂
供應日期：二零二五年一月廿八日
至二月廿六日



附送
環保食物保溫袋

圖片只供參考

中餐廳電話：2102 9821

2024 中華奧斯卡

除夕倒數晚宴

年度壓軸的除夕倒數晚宴於12月31日在中菜廳舉行。會友與至愛親朋在除夕佳節共聚一堂，享用佳餚美酒，共同在歡樂熱鬧氣氛中迎接2025年的來臨！































西餐廳聖誕節半自助餐

在聖誕節期間，西餐廳特別準備了聖誕自助餐晚宴，讓會員和家人一同品嚐美食，共度溫馨佳節！








WISHING YOU A VERY

Merry Christmas

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