JUNE 2025

CRCHK

香 港 中 華 游 樂 會 會 訊
CHINESE RECREATION CLUB NEWSLETTER



會員通訊

第 114 屆值理會

第 114 屆值理分任職務

D 座重建工程匯報

活動預告

2025 暑期活動

康樂體育

C 座匹克球場
重新開幕

香港中美高爾夫球
友誼盃賽

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 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 2024 Partner Employer Award 嘉許計劃
FSC www.fsc.org MIX Paper | Supporting responsible forestry FSC® C122893
PRINTED WITH SOY INK

Contents 目錄

2025 年 6 月刊

會員通訊

4
會務點滴

5
會員週年大會公告

6
第 114 屆值理會

7
第 114 屆值理分任職務

8-10
D 座重建工程匯報



11
馬會廂房安排

活動預告

12
6-7月健身工作坊

13
MWT 網球恆常班 (7-8 月)

14-15
MWT 9-12 月
全新網球訓練課程

活動花絮

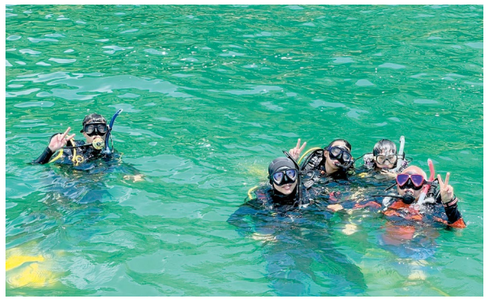
19
· 5 月健身工作坊
· 秋季青少年網球代表隊選拔

20
香港中美高爾夫球友誼盃賽



21
會友羽毛球錦標賽

16-17
2025 暑期活動



18
· C 座匹克球場重新開幕
· 匹克球訓練課程

活動資訊

22-23
6 月活動及外借場地大表

24
6 月康體 / 青訓恆常訓練班

25
· 租用音樂室私家咪頻道
· 網球快訊

飲食推介

26
每月美酒推介

27
西餐廳：
父親節特別套餐



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

各位會友，您們好！

第 114 屆值理會

第 114 屆值理會已於 5 月 25 日會員週年大會後正式成立。當選值理包括：施熙禮先生、莫君逸先生、傅浩堅博士、陳永浩先生、劉恩浩先生、鄭明哲先生、林方先生，連同 8 位留任值理林詩鍵先生、馮鈺斌博士、 何艾文先生、 辛彭芷君博士、陶家祈先生、梅雯珊小姐、崔智堅先生、蘇源輝先生組成新一屆值理會。關於各值理職務之分任，以及會員週年大會的公告，請參閱今期會訊第 5-7 頁。

父親節慶祝活動

一年一度的父親節即將來臨，各位子女可以藉此佳節向父親表達敬意！本會西餐廳將於 6 月 14 及 15 日全日供應特備套餐，透過美味的饗宴展現您的孝心。座位有限，請盡快訂位！

暑期活動報名

暑假快到了，為讓會員子女們的暑假過得更充實而有趣，本會將舉辦多項暑期活動，各位會員請留意今期會訊的暑期活動重點推介（會訊第 16-17 頁），詳情亦可參閱「暑期活動小冊子」或瀏覽本會網頁，快為子女們選擇有趣且有益身心的活動吧！

D 座重建計劃進程匯報

正如本會重建口號 ——「跨向未來長遠發展，迎接會所嶄新面貌」，在 2021 年 9 月份通過 D 座重建計劃後，本會持續貫徹執行重建工作，經過項目團隊的努力不懈、務實推進，D 座重建計劃正穩步推進，目前已進入內部裝修的最後階段。我們期待在 2025 年 12 月底前迎來全新的 D 座大樓，這將為會員提供更舒適的環境與更優質的服務。今期會訊第 8-10 頁向會友們匯報重建最新進度，並備有財務資訊等資料，以供參考。有關重建工程的最新消息，請繼續留意會訊及本會通告。

C 座天台匹克球場重新開放啟用

本會欣然宣報，經全面翻新的 C 座天台匹克球場，已於 5 月下旬重新開放。會員們更可透過網上系統預約有關場地，詳情請留意今期會訊第 18 頁。

總經理梁文滔
2025 年 6 月

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

會員週年大會公告

香港中華游樂會2025年5月25日會員週年大會就以下事項投票表決，投票結果如下：
議程第二項、第三項及第四項總投票人數為658，有效選票658張，廢票0張。

議程	普通決議內容	贊成票數	沒有投票票數	反對票數	投票結果
二	通過本會二零二四年度之財務報表及財務狀況表。	653	1	0	贊成通過
三	聘請下屆核數師及授權值理會釐定其酬金。 (伍國棟會計師事務所任滿告退，備聘再任。 席上建議繼續聘任伍國棟會計師事務所。)	594	1	59	贊成通過

議程第四項為選舉第114屆值理，8位候選人競選7個值理席位，選舉結果公布如下：

施熙禮 592票(當選)
莫君逸 591票(當選)
傅浩堅 590票(當選)
陳永浩 587票(當選)
劉恩浩 587票(當選)
鄭明哲 578票(當選)
林　方 567票(當選)
張錦華 74票

得票最多之7位候選人施熙禮、莫君逸、傅浩堅、陳永浩、劉恩浩、鄭明哲、林方當選為值理，連同8位依章留任值理林詩鍵、馮鈺斌、何艾文、辛彭芷君、陶家祈、梅雯珊、崔智堅、蘇源輝組成第114屆值理會。

特此公告。

會員週年大會主席 何艾文
二零二五年五月二十五日

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

第114屆值理會



主席
林詩鍵先生



副主席
何艾文先生



義務司理
施熙禮先生



義務司庫
蘇源輝先生



副義務司理
傅浩堅博士



副義務司庫
劉恩浩先生



值理
辛彭芷君博士



值理
林方先生



值理
陳永浩先生



值理
莫君逸先生



值理
陶家祈先生



值理
梅雯珊小姐



值理
崔智堅先生



值理
馮鈺斌博士



值理
鄭明哲先生

(值理按姓氏筆劃排列)

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

第114屆值理分任職務

【主席】
林詩鍵

【副主席】
何艾文

【義務司理】
施熙禮

【義務司庫】
蘇源輝

【副義務司理】
傅浩堅

【副義務司庫】
劉恩浩

會所部
主任：何艾文
副主任：崔智堅、陳永浩、劉恩浩、梅雯珊

網球部
主任：莫君逸
副主任：何艾文、陶家祈、梅雯珊、鄭明哲、林方

游泳部
主任：崔智堅
副主任：林詩鍵、陳永浩、傅浩堅

健身部
主任：陶家祈
副主任：崔智堅、蘇源輝、梅雯珊、傅浩堅

桌球部
主任：劉恩浩
副主任：林詩鍵、崔智堅、陳永浩

羽毛球、乒乓球、壁球及匹克球部
主任：傅浩堅
副主任：莫君逸、梅雯珊、辛彭芷君、崔智堅

高爾夫球部
主任：蘇源輝
副主任：劉恩浩、馮鈺斌、施熙禮、陳永浩

飲食部
主任：梅雯珊
副主任：劉恩浩、陳永浩、辛彭芷君

康樂遊藝部
主任：辛彭芷君
副主任：陳永浩、傅浩堅、陶家祈

會籍部
主任：林詩鍵
副主任：何艾文、蘇源輝、馮鈺斌、鄭明哲、劉恩浩

人事部
主任：馮鈺斌
副主任：蘇源輝、林方

青少年訓練部
主任：陳永浩
副主任：辛彭芷君、梅雯珊、莫君逸、傅浩堅

資訊科技部
主任：莫君逸
副主任：陶家祈、崔智堅、劉恩浩、鄭明哲

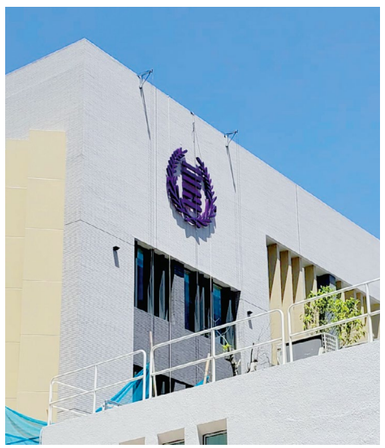
審計及管治委員會
主任：鄭明哲
副主任：馮鈺斌、林方

D座重建委員會
主任：何艾文
副主任：梅雯珊、蘇源輝、崔智堅

D 座重建計劃報告

D 座重建項目經政府部門驗收後，於 2025 年 3 月順利取得屋宇署發出的入伙紙，本會正積極與政府相關部門溝通及申請，務求讓 D 座盡快取得營運許可。各樓層內精裝修，包括各種設施裝置、天花牆身飾面等，已經如火如荼地進行，進入最後衝刺階段。按照目前進度，整個 D 座新大樓邁向將於 2025 年年底前全面開放。







工程相片



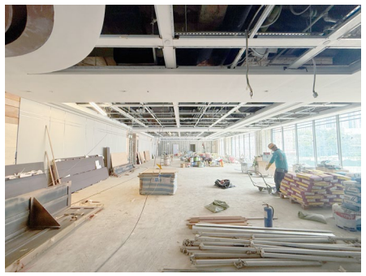
室內大堂高天花位置



室內大堂位置



地下咖啡廊位置



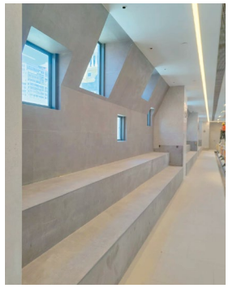
一樓中餐廳位置



二樓健身室位置



二樓電梯大堂位置



三樓游泳池觀看位置



三樓游泳池位置



三樓高爾夫球室位置

D 座重建委員會、顧問團隊、承辦商、項目團隊繼續秉承務實態度前進，務求使 D 座新大樓項目在 2025 年第 4 季開放。目前的工程進程及工程開支仍在預算範圍內。

香港中華游樂會D座重建計劃
2025年6月份進程匯報

工程重建計劃之預算表

工程預算項目	時間段	會員通過之重建預算(未包含預備金)	截至2025年3月尾之估算	現金流				預期之現金流	
				2022	2023	2024	2025年1-3月	2025年4月及之後	總 額
前期準備工作及顧問費用	2019年12月至2025年12月	2,366萬	2,653萬	1,063萬	196萬	623萬	55萬	716萬	2,653萬 (已支付1,937萬)
臨時搬遷	2022年1月至2024年12月	2,500萬	2,485萬	2,238萬	14萬	0	0	233萬	2,485萬 (已支付2,252萬)
重建工程(設施改道)	2022年1月至2024年12月	1,500萬	1,450萬	1,291萬	14萬	0	0	145萬	1,450萬 (已支付1,305萬)
重建工程(樓宇拆卸工程)	2022年8月至2024年12月	825萬	766萬	104萬	494萬	0	0	168萬	766萬 (已支付598萬)
重建工程(地基工程)	2023年3月至2025年8月	3,787萬	3,708萬	0	2,584萬	748萬	0	376萬	3,708萬 (已支付3,332萬)
重建工程(大樓建築及裝修)	2024年2月至2025年11月	2億9千9百22萬	2億8千4百37萬	0	0	1億6千6百零4萬	2,628萬	9,205萬	2億8千4百37萬 (已支付1億9千2百32萬)
工程預算總額		4億零9百萬	3億9千4百99萬	4,696萬	3,302萬	1億7千9百75萬	2,683萬	1億零8百43萬	3億9千4百99萬 (已支付2億8千6百56萬)
10%預備		4,100萬	暫時無需動用						
已包括預備金總額		4億5千萬							

截至2025年3月尾，工程總估算 (已簽署工程合約及後加工程)為3億9千4百99萬 ，仍在會員通過之預算內。估算將按實際情況調整，本會將繼續務實推進工程，嚴格控制工程費用，希望按預算完成重建工程。

D座重建基金

截至2025年3月31日為止，D座重建基金已籌集4億1千5百萬，已達到會員通過的4億零9百萬重建預算。若須動用工程全部預備金4,100萬，則達到會員通過4億5千萬重建預算的93%。

當中截至在3月31日前已支付的重建有關費用的2億8千6百56萬，臨時搬遷、設施改道、D座拆卸工程及地基工程已完成，在短期內按工料測量顧問的完工建議付清這四項費用，開支在預期之內。

本會過往數次招收新會員均反應良好，D座重建基金持續增長中。截至在3月31日，基金餘額為1億2千8百43萬，本會在2025年按實質需要來吸納新會員，以支付重建工程開支。

除了重建基金外，本會另外持有超過1億現金用於日常運營支出及其他設施維修保養。重建基金的利息收入全數納入本會日常營運。

以上款項以港幣計算，及為大約數字。所有數據為未經審計的本會財務數據，僅供參考。



馬會廂房安排

歡迎會員享用本會馬會廂房設施

2024/2025 年度本會廂房

快活谷廂房（Box C402-C403C）與香港木球會及香港足球會共用；
沙田廂房（Box E625A）與九龍木球會共用。

車費

凡預訂本會沙田廂房之會員及來賓免收車費。

廂房自助餐收費

快活谷: 每位$675（會員與來賓同價）
沙田: 每位$610（另外加來賓收費每位$50）
*特別賽事日子將會收取附加費$100-$250
*馬會入場費每位$60

夜馬4送1

凡預訂快活谷夜馬自助餐4位會以3位收費，每4位送1位。
大賽日（包括國際賽事、國際騎師邀請賽）除外。
（如欲取消賽事日之預訂，須於賽事前兩天通知，否則照原訂數目入賬。）



有關馬會廂房之任何查詢 請聯絡接待處：2577 7376

圖片提供：香港賽馬會

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：6 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：6 月 11 日（星期三）
（橡筋帶由本會提供）



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：7 月 12 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：7 月 9 日（星期三）

備註：
- 參加者需穿著運動服裝及不脫色運動鞋。
- 如有需要，參加者請自備毛巾。
- 參加者必須填寫免責聲明書。
- 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。
- 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。

MWT 網球恆常班 (2025年7-8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，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						黃波發展 D 班 4 人班	
19:00-19:30			成人訓練進階班 A 班 4 人班				
19:30-20:00		成人訓練初班 A 班 4 人班			成人訓練進階班 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	$1110

* 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、黃波班	$375/ 堂	$412.5/ 堂	$450/ 堂
# 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。

MWT
網球訓練班 2025年 9–12月

Mike Walker Tennis (MWT) 9月份起將以全新面貌登場!

MWT Tennis Director — Karan Rastogi將帶領MWT網球教練團隊，為CRC會員提供專業及有系統的網球教授服務。全新MWT網球課程包括：青少年網球團體恆常訓練班(Junior Tennis Group Class)、成人網球團體恆常訓練班 (Adult Tennis Group Class)、私人及小組網球訓練班(Private and Semi-private Tennis Lesson)及特別網球活動(Special Tennis Events)，務求令會友們透過課程培養網球興趣、學習及深化網球技巧、享受網球運動帶來的樂趣。喜歡網球的會友，萬勿錯過!

	星期日		星期一		星期二		星期三		星期四		星期五		星期六	
	Court A	Court B	Court A	Court B	Court A	Court B	Court A	Court B	Court A	Court B	Court A	Court B	Court A	Court B
07:00–07:30	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班
07:30–08:00														
08:00–08:30														
08:30–09:00														
09:00–09:30	紅波組	綠波發展組			成人初階B班				成人中階B班		成人進階C班		紅波組	黃波競賽組
09:30–10:00														
10:00–10:30	橙波組				成人中階A班	私人/小組訓練班			成人初階C班		成人中階C班		橙波組	
10:30–11:00		黃波發展組											綠波競賽組	綠波競賽組
11:00–11:30														
11:30–12:00	私人/小組訓練班								私人/小組訓練班		私人/小組訓練班			
12:00–12:30		私人/小組訓練班											私人/小組訓練班	私人/小組訓練班
12:30–13:00														
13:00–13:30														
13:30–14:00														
14:00–14:30	綠波/黃波組比賽	綠波/黃波組比賽	紅波組	橙波組	橙波組	紅波組	藍波組		橙波組	紅波組	藍波組	紅波組	綠波/黃波組比賽	綠波/黃波組比賽
14:30–15:00														
15:00–15:30			橙波組	綠波競賽組	黃波競賽組	紅波組	紅波組				紅波組	橙波組		
15:30–16:00														
16:00–16:30			綠波發展組			黃波發展組	綠波發展組	綠波競賽組	黃波競賽組	紅波組	綠波發展組	黃波發展組	橙至綠波過渡組	
16:30–17:00														
17:00–17:30			成人初階A班	私人/小組訓練班	成人進階A班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班	成人進階B班	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班/網球交流夜(適時公布)	私人/小組訓練班/網球交流夜(適時公布)	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班
17:30–18:00														
18:00–18:30	私人/小組訓練班	私人/小組訓練班												
18:30–19:00														
19:00–19:30														
19:30–20:00														
20:00–20:30														
20:30–21:00														
21:00–21:30														
21:30–22:00														
22:00–22:30														
22:30–23:00														

課程	按月收費	按堂收費
藍波、紅波、橙波組	$275/堂 (1 小時)	/
橙至綠波過渡組	$413/堂 (1.5 小時)	/
綠波、黃波發展組	$275/堂 (1 小時) $413/堂 (1.5 小時)	/
綠波、黃波競賽組	$550/堂 (2 小時)	/
綠波、黃波組比賽	待定	/
成人訓練班 (初階/中階/進階)	$413/堂 (1.5 小時) $550/堂 (2 小時)	$450/堂 (1.5 小時) $600/堂 (2 小時)

訓練班	教授比例	網球總監收費	網球主教練/高級網球教練收費
私人	1 對 1	$900/小時	$780/小時
小組	1 對 2	$1,000/小時	$880/小時
	1 對 3	$1,100/小時	$980/小時
	1 對 4	$1,200/小時	$1,080/小時

MWT網球訓練班現已開始接受報名

請掃描 QR Code報名

青少年網球團體恆常訓練班
Junior Tennis Group Class

成人網球團體恆常訓練班
Adult Tennis Group Class

私人及小組網球訓練班
Private and Semi-private Tennis Lesson

MWT網球教練團隊

網球總監 — Karan Rastogi



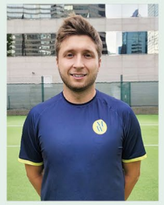
國籍：印度
- ATP最高排名：單打第284位；雙打第217位
- ITF青少年男子組最高排名：第4位
- 曾與多位世界級網球員對壘，包括Rafael Nadal、Andy Murray、Gael Monfils等
- 2004年澳洲青少年網球公開賽四強
- 分別代表印度及香港出戰台維斯盃及2010年亞運網球男團銅牌得主
- ATP/GPTCA, WTA, PTR認證網球教練及PPR認證匹克球教練
- 前香港金夫人盃代表隊隊長、香港青少年代表隊前隊長及台維斯盃前教練
- 曾擔任香港體育學院教練9年及擔任NTS主教練
- 2022至2025年擔任MWT九龍塘會主教練

網球主教練 — Rogerio Santos



國籍：葡萄牙
- 曾任教不同ITF球員及擔任其隨行教練
- 曾與多位葡萄牙國家青少年冠軍合作
- ICI競技教練
- 擁有超過25年網球教學經驗，曾指導各級別學員，從初學者到進階球員，提供專業的私人及小組訓練課程。
- ITF認證網球教練
- 2010至2022年擔任Vilamoura Ténis主教練
- 2023年至今擔任MWT中華游樂會主教練

高級網球教練 — Stefan Yates



國籍：英國
- 2014至2017年於英國Bisham Abbey National Sports Centre擔任學院教練，負責訓練國家青少年球員
- 運動科學及教練榮譽理學士
- LTA認證網球教練及PPR認證匹克球教練
- ICI競技教練
- 擁有多年與初學者到比賽球員合作的經驗，專長教授9–13歲的青少年
- 2017至2018年擔任Tennis Asia教練
- 2018年至今擔任MWT高級網球教練
- 曾與一位香港頂尖ATF球員合作

高級網球教練 — 張梓傑



國籍：中國
- 2010至2013年中國香港大專網球賽男子組冠軍
- 2022至2024年中國香港U12女子隊隊長；於2022至2023年ITF亞洲12&U團體賽獲得第五名
- 2022至2025年擔任 HKCTA NTS–HK主教練
- 2024至2025年擔任 NTS U12主管
- HKCTA, USA 及ATPCA認證網球教練
- 2025年至今擔任MWT高級網球教練
- 可以廣東話及普通話授課

高級網球教練 — Dani Hafid



國籍：摩洛哥
- ATP最高排名：單打第1277位；雙打第1370位
- 2023及2024年保誠香港網球公開賽WTA 250球員陪練員
- 2024及2025年中銀香港網球公開賽ATP球員陪練員
- 前HKCTA網球中心教練
- 認證網球教練
- 國際職業及專業資歷架構認證：第5級
- 歐洲資歷架構認證：第5級
- 2025年至今擔任MWT高級網球教練

香港中華游樂會暑期活動 2025

各位小會友想善用暑假的時間學習和嘗試新興趣嗎？切勿錯過 7 月份既刺激又具挑戰性的暑期活動了！

各活動詳情，請參閱「香港中華游樂會暑期活動 2025」小冊子。
報名日期：會員 5 月 1 日起；來賓 5 月 15 日起

PADI 開放水域潛水員課程
PADI Open Water Diver Course



日期	時間	訓練內容	截止報名日期
7 月 10 日（星期四）	10:00-19:00	理論課及泳池訓練	6 月 11 日
7 月 12 日（星期六）			
7 月 16 日（星期三）	08:45-15:00	海上實習	
7 月 19 日（星期六）			

收費：（會員）10 至 12 歲 $4,730、13 歲或以上 $4,400
（來賓）10 至 12 歲 $5,680、13 歲或以上 $5,280
地點：本會 A 座 1 樓大會議室、本會深水池及本港開放水域
對象：10 歲或以上（歡迎成人參加）
名額：3-8 人
協辦機構：Diving Adventure Education Ltd.
* 四天為一個課程

PADI 進階開放水域潛水員課程
PADI Advanced Open Water Diver Course



日期	時間	訓練內容	截止報名日期
7 月 10 日（星期四）	10:00-19:00	理論課及泳池訓練	6 月 11 日
7 月 16 日（星期三）	08:45-15:00	海上實習	
7 月 19 日（星期六）			

收費：（會員）10 至 12 歲 $4,510、13 歲或以上 $4,180
（來賓）10 至 12 歲 $5,415、13 歲或以上 $5,020
地點：本會 A 座 1 樓大會議室、本會深水池及本港開放水域
對象：10 歲或以上（歡迎成人參加）
名額：3-8 人
協辦機構：Diving Adventure Education Ltd.
* 四天為一個課程

瑜伽體驗班 Yoga Experience Course

日期	時間	截止報名日期
7 月 6-27 日 逢星期日（共 4 堂）	10:30-12:00	6 月 5 日
8 月 10-31 日 逢星期日（共 4 堂）		7 月 9 日



地點：本會 A 座 2 樓康樂活動室
收費：會員 $800；來賓 $960
對象：9-16 歲
名額：3-10 人
教練：陳彰薈小姐

舞蹈體驗班 Dance Experience Course

日期	時間	訓練內容	截止報名日期
7 月 13-27 日 逢星期日（共 3 堂）	13:00-14:00	JAZZ FUNK 爵士舞體驗班	6 月 29 日
8 月 3-17 日 逢星期日（共 3 堂）		HIP HOP 嘻哈舞體驗班	7 月 20 日



地點：本會 A 座 2 樓康樂活動室
收費：會員 $825；來賓 $990
對象：8-13 歲
名額：4-8 人
教練：曾慧妍小姐

無繩滑水體驗日 Wake Surfing Experience Day

日期	時間	截止報名日期
7 月 12 日（星期六）	09:00-12:00	6 月 11 日
8 月 10 日（星期日）		7 月 9 日



地點：南區海域
收費：會員 $2,530；來賓 $3,040
對象：10 歲或以上（歡迎成人參加）
名額：3-5 人
協辦機構：Wakevolution Ltd.

詳情請留意會內宣傳。

C座匹克球場重新開幕

匹克球愛好者的好消息來了！
C 座天台的匹克球場已經完成全新鋪設及修補，現已全面開放使用！全新場地，等你來開打！
同步開通的還有網上預約系統，讓會友輕鬆掌握每場比賽的節奏，預訂球場再也不是難事！
另外，本會將於 6 月起試辦匹克球課程，從新手入門到高手進階，無論你的程度如何，都能找到最適合你的課程！
快約上球友，一起開打夏日第一場！

開放時段及收費	會員 / 家屬 日間時段 : 星期一至日：10:00-18:00 租場費用：$40/ 小時 / 場 夜間 (開燈) 時段：星期一至日 : 18:00-22:00 租場費用：$60/ 小時 / 場



* 每位會員限帶 3 位來賓 *
有關預訂詳情請與訂場處職員查詢

匹克球訓練班

由 2025 年 6 月 18 日起，本會將與匹克球教練 Keith Fong 合作，試辦匹克球訓練班，並設有初班及進階班，為期一個月。



請掃描 QR Code 報名



匹克球教練
Keith Fong

初班
基本規則：瞭解匹克球規則，包括計分和球場佈局。
基礎技術：學習短小球，截擊，基礎落點短球，發球、基礎步法。
雙打技巧：雙打基礎技巧及移動。
進階班
基礎跟進及進階技巧：落點短球，網前防守，技術融合。
雙打比賽策略：分析對手及應對方案。
體能訓練

級別	日期	時間	收費	名額	對象
初班	21/6、28/6、12/7、19/7（星期六）	15:00-16:30	$1,500(4 堂)	3-12 人	所有年齡
進階班	18/6、25/6、2/7、9/7（星期三）	19:30-21:00	$1,500(4 堂)	3-12 人	所有年齡

瑜伽墊伸展運動工作坊

「瑜伽墊伸展運動工作坊」已於 5 月 10 日順利完成。會友不僅透過伸展和呼吸調控增強柔韌性，還改善了身體的平衡、核心力量及促進身心健康。





秋季青少年網球代表隊選拔

「秋季青少年網球代表隊選拔」已於 5 月 17 及 18 日假 6 號室外網球場及 16 號多用途球場舉行，會友們反應熱烈，共 10 人參加選拔。謹代表網球部，感謝各會友踴躍參與。



















香港中美高爾夫球友誼盃賽

每年一度的「香港中美高爾夫球友誼盃賽」，已於 4 月 11 及 12 日假中山溫泉高爾夫球會舉行。是次賽事雙方各派出 12 位球手參賽。





















首天賽事以 4-Ball Better-Ball Match Play 形式分 6 組進行，經過 4 個多小時的激烈比拼後，本會以 5 比 1 領先。雙方於賽後在酒店附近餐廳享用豐富西式晚宴並拍攝大合照。雖然雙方於比賽中爭持激烈，但無損雙方友誼，球員在席間互相交流打球心得及閒話家常，氣氛融洽。

比賽第二天以 Singles Match Play 形式進行。雖然本會第一天以 4 分領先，各代表並沒有鬆懈，繼續施展渾身解數，力求爭取佳績。經過本會各球員的努力，第二天遺憾地以 4.5 比 7.5 的比數落敗，但仍能憑第一天出色的表現，結果以總比數 9.5 比 8.5 擊敗美國會。

賽事結束後，各球員在中山溫泉高爾夫球會餐廳進行午膳，同時頒發賽事兩天的個人獎項和進行幸運大抽獎。在此謹代表高爾夫球部恭賀各得獎者，並感謝是次隊長李盛仁先生的悉心安排，讓球員們都能在輕鬆愉快的環境下互相交流及切磋球技。

得獎名單

	第一日	第二日
最遠發球獎（第 2 洞）	李盛仁 (CRC)	Ronald Cheng (ACHK)
最遠發球獎（第 15 洞）	楊時匡 (CRC)	Ronald Cheng (ACHK)
最近旗獎（第 3 洞）	Darian Yip (ACHK)	/
最近旗獎（第 6 洞）	謝智然 (CRC)	Darian Yip (ACHK)
最近旗獎（第 13 洞）	Darian Yip (ACHK)	Ronald Cheng (ACHK)
最近旗獎（第 17 洞）	Henry Yu (ACHK)	Russell Yu (ACHK)
2 桿最近旗獎（第 5 洞）	Sandy Mackintosh (ACHK)	Darian Yip (ACHK)
2 桿最近旗獎（第 8 洞）	Lisa Jinji An (ACHK)	Darian Yip (ACHK)
2 桿最近旗獎（第 10 洞）	/	Lisa Jinji An (ACHK)
2 桿最近旗獎（第 14 洞）	Jeff Chen (ACHK)	施德華 (CRC)

會友羽毛球錦標賽 2025

會友羽毛球錦標賽 2025 已經圓滿結束，在此感謝一眾參賽者的支持。本年度成功開辦五項賽事，當中包括：公開組 - 男子單打、公開組 - 男子雙打、青少年組 - 12 歲以下單打 (不限性別)、青少年組 - 16 歲以下單打 (不限性別) 及青少年組 - 16 歲以下雙打 (不限性別)。梁凱熙繼上年成為四冠王後，今年再次成為四冠王，分別奪得公開組 - 男子單打、男子雙打、青少年組 - 16 歲以下單打 (不限性別) 及 16 歲以下雙打 (不限性別) 冠軍，前途無可限量！

在此代表羽、乒、壁、匹部恭喜各得獎者及鳴謝傅浩堅教授擔任頒獎嘉賓。























會友羽毛球錦標賽 2025 賽果

項目	冠軍	亞軍
公開組 - 男子單打	梁凱熙	朱振瑋
公開組 - 男子雙打	梁凱熙 / 梁凱智	利柏毅 / 利柏德
青少年組 - 16 歲以下單打 (不限性別)	梁凱熙	利柏德
青少年組 - 16 歲以下雙打 (不限性別)	梁凱熙 / 梁凱智	利柏毅 / 利柏德
青少年組 - 12 歲以下單打 (不限性別)	梁凱智	顏睿甫



2025年6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 * 匹 DIV 1 USRC VS CRC * 匹 DIV 2 RECREIO 1 VS CRC 1	02 *MEN'S A COUNTRY VS CRC LADIES' A+ CRC VS CBGCC LADIES' A CRC VS HLY	03 MEN'S B CRC VS WONDERLAND	04 MEN'S C CRC 1 VS RECREIO MEN'S C CRC 2 VS CCC 2 DSC 淺 15:30-17:00	05 *MEN'S A+ KTC VS CRC MEN'S D CRC VS RECREIO 3	06 MEN'S E CRC VS PTC DSC 淺 15:30-17:00	07
08	09 LADIES' A CRC VS AMC	10	11 MEN'S C (補賽) CRC 1 VS CCC 3 DSC 淺 15:30-17:00	12 MEN'S A+ CRC VS HKCC *MEN'S D CCC1 VS CRC	13 夜釣墨魚團 2025 19:00-23:00 DSC 淺 15:30-17:00	14 橡筋熱身及運動伸展工作坊 15:00-16:00
15 ※ 舞蹈體驗班 13:00-14:00	16 LADIES' A CRC VS GCYCC ※ 幼兒乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒羽毛球體驗班 11:30-13:00	17 ※ 幼兒乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒羽毛球體驗班 11:30-13:00	18 ※ 幼兒乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 幼兒羽毛球體驗班 11:30-13:00	19 MEN'S A+ CRC VS SCAA 2	20	21 ※ 水肺潛水泳池體驗日 10:00-13:00
22 ※ 舞蹈體驗班 13:00-14:00	23 ※ 青少年乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年羽毛球體驗班 11:30-13:00	24 ※ 青少年乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年羽毛球體驗班 11:30-13:00	25 ※ 青少年乒乓球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年壁球體驗班 10:00-11:30 ※ 青少年羽毛球體驗班 11:30-13:00 ※ 青少年匹克球訓練班 15:00-16:30	26 ※ 溜冰體驗日 10:00-12:00 ※ 青少年匹克球訓練班 15:00-16:30	27 ※ 青少年匹克球訓練班 15:00-16:30 ※ 水世界 15:00-17:30	28 ※ 兒童板式網球體驗日 11:00-12:30 ※ 保齡球體驗日 14:00-16:00
29 ※ 獨木舟體驗日 10:00-16:00 ※ 舞蹈體驗班 13:00-14:00	30 ※ 中華游樂會暑期網球訓練營 - 橙波 10:00-11:00 ※ 中華游樂會暑期網球訓練營 - 綠波 11:00-12:30 ※ 中華游樂會暑期網球訓練營 - 黃波 13:30-15:30					

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 中銀香港夏季聯賽於 4 月 7 日展開，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。

地點：
淺 = 淺水泳池

DSC = 德思齊加拿大國際學校

匹 = 匹克球聯賽
MEN'S A = 男子 A 網球聯賽
MEN'S A+ = 男子 A+ 網球聯賽
MEN'S B = 男子 B 網球聯賽
MEN'S C = 男子 C 網球聯賽
MEN'S D = 男子 D 網球聯賽
MEN'S E = 男子 E 網球聯賽
LADIES' A+ = 女子 A+ 網球聯賽
LADIES' A = 女子 A 網球聯賽
*= 作客賽事
※= 暑期活動

* 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。

康體/青訓恆常訓練班 (6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
成人創作組
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 17:00-18:00
B 班
逢星期三 17:00-18:00
C 班
逢星期五 17:00-18:00

Pilates

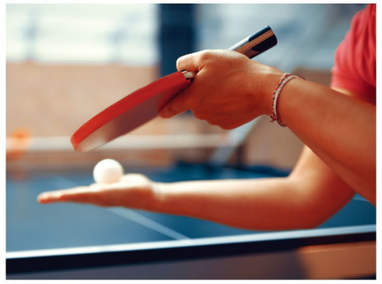
A 班
逢星期二 15:00-16:15

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

租用音樂室私家咪頻道

本會音樂室 (大房) 設有租用私家咪頻道服務，每次為期半年 (即每年 1 月 1 日至 6 月 30 日及 7 月 1 日至 12 月 31 日。)。會友們需經抽籤及繳付半年 $660 租金 (費用不包括電池及私家咪)。中途停止租用者，不獲發還租金；補上之會友，可按比例收費。
有興趣之會友請於 6 月 21 日下午 6 時前於接待處填妥租用音樂室私家咪頻道承諾書。如有任何疑問，可向康體部查詢。



網球快訊

「中銀香港網球錦標賽 2025」 已於 4 月 27 日順利完成，
本會部份會員 / 精英球員在賽事中取得驕人成績，以下為取得冠軍之 CRC 球員名單：

1. 黃俊鏗：男子單打冠軍；男子雙打冠軍
2. 伍曼瑩：女子單打冠軍；混合雙打冠軍
3. 莫君逸：男子會長盃雙打冠軍

在此恭賀一眾 CRC 球員於是次賽事中取得佳績。祝願 CRC 球員們在未來日子繼續取得佳績。

此外，本會部份會員 / 精英球員在 5 月份代表香港出戰 / 參與不同的網球國際賽事：



2025 年金夫人盃青少年組亞洲 / 大洋洲區外圍賽

比賽日期：5 月 10 日至 17 日
主辦城市：哈薩克奇姆肯特
參賽之 CRC 會員 / 精英球員：
副隊長：劉駿軒
球員：梁睿希及黃瀅芝
參賽國家 / 地區：澳洲、中國、中國香港、印度、印尼、伊朗、日本、哈薩克、韓國、吉爾吉斯坦、馬來西亞、紐西蘭、菲律賓、中華台北、泰國及烏茲別克

2025 年台維斯盃青少年組亞洲 / 大洋洲區外圍賽

比賽日期：5 月 19 日至 24 日
主辦城市：哈薩克奇姆肯特
參賽之 CRC 會員 / 精英球員：
球員：譚善恆
參賽國家 / 地區：澳洲、中國、中國香港、印度、印尼、伊朗、日本、約旦、哈薩克、韓國、馬來西亞、紐西蘭、巴基斯坦、中華台北、泰國及烏茲別克

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

94+ The Wine Journal

93 Wine Advocate



托斯卡納的傳奇典範
Le Cupole IGT Tenuta di Trinoro 2019/20

Tenuta di Trinoro 是托斯卡納南部享譽盛名的酒莊, 以釀造波爾多風格混釀聞名。Le Cupole 是其副牌酒, 選用 Merlot、Cabernet Franc 等品種, 在法國橡木桶中陳釀, 展現黑色水果、香料和礦物風味。結構飽滿, 單寧細膩, 餘韻悠長, 適合搭配紅燒牛肉或熟成芝士。

推廣價: **$348 / 支**

92 James Suckling



盧瓦爾河谷的清新詩篇
Domaine Gérard Fiou Sancerre Blanc 2023

來自 Sancerre 核心產區的經典白葡萄酒, 100% Sauvignon Blanc 釀造, 展現青檸、白桃和燧石的清新香氣。Domaine Gérard Fiou 堅持傳統工法, 賦予酒款明亮的酸度和礦物質感, 適合搭配生蠔、香草烤魚或山羊芝士。

推廣價: **$248 / 支**



90 James Suckling

勃艮第大師的驚喜突破
François Carillon Cap au Sud Chardonnay 2021

勃艮第名莊 François Carillon 2021年利用法國南部的葡萄打造了一款驚喜之作!這款 Chardonnay 結合清涼氣候的酸度與地中海陽光賦予的成熟果香, 帶有柑橘、梨子和一絲香草氣息, 酒體圓潤而平衡。建議搭配龍蝦濃湯或忌廉蘑菇意大利飯。

推廣價: **$228 / 支**

西餐廳 WESTERN RESTAURANT

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

Father's Day SET MENU
父親節套餐

前菜 Appetizer
鴨肝醬伴法式多士及啤梨果醬
Duck Liver Pate with French Baguette Toast & Pear Jam

小食拼盤 Snack Platter
炸雞柳、燒豬肉串、網絲蝦春卷
Chicken Tenders, Grilled Pork Skewers & Prawn Spring Rolls

主菜 Main Course
炭燒斧頭牛扒配麼利牛肉汁
Char-grilled Beef Tomahawk
Served with Roasted Sweet Potatoes & Seasonal Vegetables
in Morel Beef Sauce

甜品 Dessert
紅酒燴梨雲呢拿慕斯蛋糕
Vanilla Mousse Cake with Red Wine Braised Pear

紅白餐酒 或 香橙梳打(每位1杯)
House Wine or Orange Squash (by glass)

$1,480
四位用 For 4 persons

父親節套餐於6月14及15日全日供應
Set Menu available on **14 & 15 June**

查詢電話 For Enquiry : 2102 9822

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