CRCHK

9
September 2025

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



會員通訊

D座正門揭牌儀式
D座重建計劃進程匯報
停車場系統升級

活動花絮

暑期活動2025
壁球同樂日
全民運動日

活動預告

CRC OPEN 2025
中秋活動2025
麻雀王大賽2025

會所目錄

中餐廳 2102 9821	游泳池 2577 0998
西餐廳 2102 9822	Pro Shop 2577 2637
會所雅廊 2102 9820	會員賬項 2102 9808 2102 9809
康樂體育 3725 6344	會籍事宜 2102 9810
訂場處 2102 9888	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 約章 Pledge
SPORTS HOUR 企業「一」起動 COMPANY
友商有良 2024 Partner Employer Award 嘉許計劃
MIX Paper | Supporting responsible forestry FSC® C122893 www.fsc.org
PRINTED WITH SOY INK

目錄 Contents

2025年9月刊

會員通訊

4
會務點滴

5
中華游樂會挑戰盃

6 - 9
D座重建計劃進程匯報



10
- 恭賀會員家屬獲選成為「少年太空人」
- 停車場系統升級通知

活動預告

11
9月MWT網球訓練班

12
- 會友士碌架讓分賽2025
- 9-10月健身工作坊

13
CRC OPEN 2025

14
麻雀王大賽2025

15
中秋活動2025

活動花絮

16 -17
- 暑期活動2025
- 壁球同樂日



18
- 全民運動日
- 8月健身工作坊

活動資訊

19
9月康體 / 青少年恆常訓練班

20 - 21
- 8月活動及外借場地大表
- 男按摩師介紹
- 會所雅廊直播英超

飲食推介

22
中餐廳：奄仔重皮蟹



23
中餐廳：月餅訂購



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!

暑期活動花絮
暑假在不經不覺間又告結束，會方舉辦的一系列暑期活動，得到會員的熱烈支持，要回顧暑期活動的花絮及點滴，請參閱今期會訊第16-17頁。

暫緩徵收開瓶費
會方經審慎考慮後，決定暫緩於9月1日起徵收開瓶費。現計劃於D座新大樓啟用後，各餐廳投入正常運作始推行徵收開瓶費。

隨著會員對享用及品嚐美酒的需求日益增長，D座新大樓特別設計預留了更多餐廳及空間，專為愛好品酒的會友而設。徵收開瓶費的初衷，是基於本會D座大樓各餐廳即將投入服務，設有專門供會員品嚐美酒佳釀的酒吧(D座地下的滿貫吧Grand Slam Bar及3樓空中廊Sky Lounge)。為配合整體餐飲設施的運作，徵收開瓶費屬合理做法，並配合實際運作需要。而收取開瓶費的金額，亦是在參考與本會同級的會所後作出的決定，同時亦設有優惠，會員於用餐時選購任何一支餐酒，即可獲豁免一支自攜酒類的開瓶費。

在未來的日子，會方將持續優化餐飲服務，尤其在餐酒方面，致力為會員提供更高質素及性價比的選擇，為了更好地滿足會員的需求，本會將不斷豐富酒單，提升酒類的選擇。同時，會方也會研究如何優化徵收開瓶費的計劃，以確保未來推行時，會員能夠更容易接受這一新措施。

停車場啟用「車牌識別系統」
停車場「車牌識別系統」將於9月初正式推出，以便會員便捷享用泊車服務。免觸式泊車無需拍卡，自動起閘，大大提升駕駛體驗。在此溫馨提示各會員，凡會員車輛必須登記，每位會員最多登記5個車牌，接待處已設專櫃解答會員對車場新系統的問題，以及協助登記車牌事宜(會員早前提交的車牌資料已自動遷移至新系統)。有關詳情請參閱今期會訊第6頁。回應部份會員提問，若會員同時有2台已登記車輛進入車場，A車先行進入按會員價收費， B車隨後進入按來賓價收費，而系統會允許A車離開車場後，B車在完成該時段（每節為30分鐘）來賓收費後，自下一節起收費自動轉為會員價。

回應會員對電車充電的熱熾需求，以及電動車日趨普及，本會正積極研究提升充電速度和簡化充電流程。溫馨提示各會員，充電位只限會員登記車輛使用，最多充電3小時，3小時後即停止供電。如充電完成後不離開充電車位，照收取充電費用。另外，為配合停車場新系統啟用，在9月初新泊車系統啟用時會一併取消充電車免泊車費2小時的優惠，敬請會員留意。

青少年發展部
本會自成立青少年訓練部，一直致力為不同年齡組別的會員子女推行發展計劃。時至今日，由於各青少年訓練已由相關小組委員會負責，會方經討論後，決定以青少年發展部(Junior Development Sub-Committee)取替舊名，相信新名稱更能妥當地表達此小組委員會之目標。青少年發展部旨在向所有年幼會友(由幼童至青少年)宣傳本會的設施及活動計劃，向他們提供不同類型有益身心的活動，聆聽他們在活動、訓練及設施層面上的需要，藉此吸引更多年幼會友和青少年到本會，凝聚會所內兒童及青少年。

會所大型升級工程
為了提供更加舒適的會所環境，我們目前正在進行大型升級工程，主要包括A、C座的外牆翻新及天面防水工程、網球場的設計改良與翻新，以及天橋翻新工程。我們將致力於將對會員的影響降至最低，同時控制施工時間。對於工程帶來的不便，敬請會員諒解。

來賓必須有會員陪同
會方近日發現，有個別來賓在沒有會員陪同下到會。在此提醒會友留意會方有關規則，來賓必須在會員陪同下，方可到本會享用會所設施(包括任何康體、餐飲設施)，並由會員即時簽單入賬，以保障大眾會友利益，敬謝合作。

總經理梁文滔
2025年9月



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

中華游樂會挑戰盃賽

10月12日 (星期日)

沙田馬場舉行，歡迎會友踴躍參加

9月7日（星期日）馬季開鑼
新一季賽馬開鑼在即，歡迎會友邀約來賓同往，享用本會馬會廂房設施。

2025-2026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。

廂房收費
沙田賽馬日設有來賓收費，會員可豁免。來賓除自助餐費外，每位另收$50。

車費
凡預訂本會廂房之會員及來賓免收車費。

自助餐
快活谷：$695/位（會員與來賓同價） 沙田：$635/位（另加來賓收費 $ 50/位）
*特別賽事日子將會收取附加費 $ 100 - $250

夜馬4送1
凡預訂快活谷夜馬自助餐4位，以3位收費；預訂8位，以6位收費；
預訂12位，以9位收費，如此類推。
大賽日（包括國際賽事，國際騎師邀請賽）除外。
（如欲取消廂房自助餐之預訂，須於賽事前兩天通知，否則照原定數目入賬。）



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

香港中華游樂會D座重建計劃 2025年9月份進程匯報

D座正門揭牌儀式

D座重建項目已進入最後衝刺階段。本會於8月20日吉日，舉行D座正門揭牌儀式，由本會主席林詩鍵先生聯同副主席兼D座重建委員會主任何艾文先生、一眾值理、重建委員會委員、CRC項目團隊及顧問團隊共同參與，齊心拉開紅幔，揭示會所招牌，象徵新篇章正式展開，亦標誌新D座大樓最後準備階段。其後眾人隨即進行拜神儀式，誠心祈願餘下工程順利完成，並期盼新大樓於今年第四季如期有序開放，為會員及社區帶來更完善的設施與服務。









D座重建計劃報告

D座重建項目由2021年展開至今，期間有賴重建委員會不斷提供寶貴意見，以及CRC項目團隊、顧問團隊與總承建商利基工程的通力合作，終於排除萬難完成。新D座大樓將於2025年8月底按合約完工期完成並有序交回本會進行最後階段運作安排。

緊接下去，本會將密鑼緊鼓進行各區域設施執修、清潔、設施試用及試運、員工培訓等之安排，新大樓將於2025年第四季有序開放。

由於有關牌照仍在民政事務總署審批中，而大樓現正進行最後階段優化及有工程進行中，屬施工區域，未經授權人士嚴禁進入，以免發生意外。大樓現階段暫未對外開放參觀。如有開放安排，本會將適時通知各會員。







香港中華游樂會D座重建計劃





在七月底，文化體育及旅遊局官員，包括體育專員蔡建斌先生及首席助理秘書長(體育及康樂)尹曉欣女士，光臨參觀新D座大樓的內部裝修。參觀期間，本會主席林詩鍵先生、副主席何艾文先生，以及兩位值理莫君逸先生和梅雯珊小姐，聯同總經理梁文滔先生陪同介紹，期待本會能提供更多更新的設施，繼續協助推動體育發展！



室內大堂高天花



地下咖啡廊



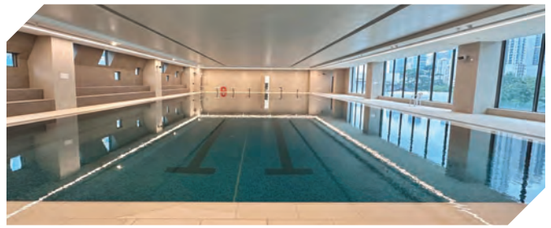
一樓中華軒



二樓健身室



三樓空中廊



三樓游泳池

D座重建委員會、顧問團隊、項目團隊繼續秉承務實態度前進。目前的工程進程及工程開支仍在預算範圍內。

2025年9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6月尾之估算	現金流 2022	2023	2024	2025年1-6月	預期之現金流 2025年7月之後	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	160萬	611萬	2,653萬 (已支付2,042萬)
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	2億8千4百87萬	0	0	1億6千6百零4萬	4,757萬	7,126萬	2億8千4百87萬 (已支付2億1千3百61萬)
工程預算總額		4億零9百萬	3億9千5百49萬	4,696萬	3,302萬	1億7千9百75萬	4,917萬	8,659萬	3億9千5百49萬 (已支付3億零8百90萬)
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6月尾，工程總估算 (已簽署工程合約及後加工程)為3億9千5百49萬 ，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6月30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6月30日前已支付的重建有關費用的3億零8百90萬，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6月30日，基金餘額為1億零6百10萬，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。

恭賀會員家屬獲選成為「少年太空人」





會員家屬劉智熹憑藉卓越表現，成功獲選參加由康樂及文化事務署與香港中華總商會合辦的「少年太空人體驗營2025」，從眾多申請者中脫穎而出，成為本港30名優秀中學生代表之一！劉智熹能夠成功通過三輪甄選，不僅需要展現出優異的體能、出色的語言能力，以及對航天科學的熱忱與堅持，實在令本會深感自豪！

他於暑假期間前往北京、酒泉及西安，參觀國家重點天文及航天設施，參與為期九日的集訓。體驗營包括親身體驗太空人訓練、與航天專家及航天員交流，並學習太空科學和航天科技知識，深入了解國家在航天領域的發展與成就。

在此，本會再次祝賀會員家屬劉智熹獲選成為「少年太空人」，期待他能以航天英雄為榜樣，日後成為中國香港的首位太空人，為推動國家航天發展作出貢獻！

本會停車場系統升級通知

為提供更便捷的服務，本會將於2025年9月起升級停車場系統。新系統將不再需要使用車卡，進出車場將改為**車牌識別**方式。因此，現有的停車場車卡將於新系統啟用後失效。會員的車牌資料將自動遷移至新系統，確保停車服務更加便捷。

如何更新車牌資料？

您可透過以下方式辦理：

- **親臨本會接待處或停車場索取表格**
- **登錄CRCHK手機應用程式，核對現時已登記的車牌紀錄**
- **造訪本會網站 www.crchk.org 索取表格或在線更新**

掃描QR CODE下載
更新車牌資料表格

[會員登記車牌注意事項]

1. 請提交以下文件（車主姓名須與會員姓名一致）：
   A. 車主或配偶擁有者牌簿副本或第三者保險單
   B. 公司車輛：另需附上公司授權函件（連同公司車牌簿或第三者保險單）
2. 登記限額：每位會員最多登記5個車牌
3. 如有查詢，請致電**3725-6301**或電郵至**carpark@crchk.com**。

來賓進場新安排

來賓停車將改為使用**八達通卡**出入閘，取代現金支付，操作更簡便。

有關充電車取消
免泊車費2小時優惠

停車場將於新泊車系統啟用時**取消**免充電車泊車費2小時之優惠。

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	
	球場 A	球場 B	球場 A	球場 B	球場 A	球場 B	球場 A	球場 B	球場 A	球場 B	球場 A	球場 B	球場 A	球場 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	黃波發展組			成人中階A班				成人初階C班		成人中階C班		橙波組	
10:30–11:00													綠波競賽組	綠波競賽組
11:00–11:30	私人/小組訓練班													
11:30–12:00														
12:00–12:30		私人/小組訓練班												
12:30–13:00														
13:00–13:30														
13:30–14:00					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
14:00–14:30	綠波/黃波組比賽	綠波/黃波組比賽												
14:30–15:00														
15:00–15:30														
15:30–16:00			紅波組	橙波組	橙波組	紅波組	藍波組		橙波組		紅波組		綠波/黃波組比賽	綠波/黃波組比賽
16:00–16:30						紅波組	紅波組							
16:30–17:00			橙波組	綠波競賽組	黃波競賽組				橙波組		藍波組	紅波組		
17:00–17:30						黃波發展組	綠波發展組		綠波競賽組				橙至綠波過渡組	
17:30–18:00			綠波發展組								綠波發展組	黃波發展組		
18:00–18:30	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
18:30–19:00			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)		
19:00–19:30														
19:30–20:00			私人/小組訓練班		私人/小組訓練班				私人/小組訓練班					
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



會友士碌架讓分賽 2025

士碌架（英式桌球），是一項需要冷靜頭腦、精確技巧、強大的心理質素和精密戰術的運動。球手在每次擊球都充滿著變數，讓比賽充滿張力。
今年賽事將於10月中展開，有興趣一試身手的會友記緊把握機會報名！

日期 10月13日起　　**地點** C座1樓桌球室

逢星期一至五晚上7時開始

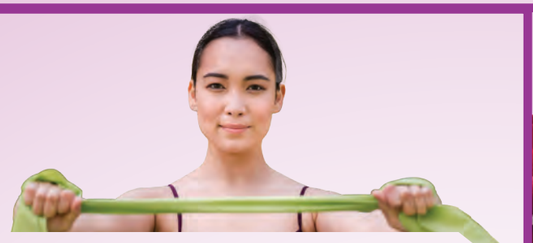
收　費：每位$20
對　象：只限會員及家屬
名　額：不限 (如少於8人則取消比賽)
獎　項：設冠、亞軍各一名，得獎者可獲獎盃一個，另設高分紀錄獎一名 (比賽中最少一棒40度或以上方可競逐)
報名日期：即日起至 9月21日 (星期日)

賽 制

1. 以單淘汰形式進行。
2. 首兩圈比賽採取三局兩勝制。
3. 半準決賽 (8強) 及 準決賽 (4強) 則以五局三勝制。
4. 決賽採取七局四勝制。
5. 設種子制。
6. 全部配搭由桌球部抽籤編訂。

報名表可到本會接待處索取
或於本會網頁下載

9-10月健身工作坊



橡筋熱身及運動伸展工作坊

利用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的器材。

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：9月13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：9月10日 (星期三)
(橡筋帶由本會提供)



無器械 (徒手) 健身工作坊

「徒手訓練」顧名思義，就是指不需要器材便能進行的健身方式，利用自身體重作為負重來達到鍛鍊的效果，像是常見的仰臥起坐、伏地挺身等，都算是徒手健身的一種。

因為沒有太多器材、工具的限制，所以不論在健身房、公園或自己家中，隨時隨地都可以進行鍛鍊。

日 期：10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：10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。

GYM AESTHETICS.® Presents 呈獻 | Organizer 主辦機構 香港中華游樂會 CHINESE RECREATION CLUB, HONG KONG

CRC OPEN 2025

香港中華游樂會二零二五年度 全港網球公開賽 CRCOPEN2025



Entry Deadline 截止報名日期：28/9/2025 (Sunday 星期日) 7pm
Commence On 開賽日期　：25/10/2025 (Saturday 星期六) 9am

Venue 比賽地點：
Chinese Recreation Club, Hong Kong
123 Tung Lo Wan Road, Hong Kong
香港中華游樂會
香港銅鑼灣道 123 號

Total Prize Value 獎金獎品總值:
HK$ 港幣 **400,000**

Tournament Website 賽事網址 www.crcopen.com
Online registration is now available 現已接受網上報名
Go green with online registration 支持環保，請網上報名

Enquiry 查詢：
Tel 電話 : 2577 7376 | Fax 傳真 : 2915 7147 |
E-mail 電郵 : sports@crchk.com

Visit our Facebook page, Instagram and YouTube channel for news updates, tournament highlights and finals live streaming
賽事最新消息、精華片段及決賽直播盡在Facebook專頁、Instagram 及 YouTube 頻道

crcopen　crc_open　CRC OPEN

Sanctioned by :
Hong Kong, China Tennis Association
中國香港網球總會認可賽事

HKCTA HONG KONG, CHINA TENNIS ASSOCIATION 中國香港網球總會

Official Charity Partners :
慈善合作夥伴

九龍樂善堂 | 145 ANNIVERSARY 博年 | OPERATION SANTA CLAUS

Official Product Sponsors 大會指定產品贊助商 :

DUNLOP　Acti-Tape　和興 活络油 Hoe Hin Strain Relief　SUPERnatural　Watsons water

麻雀王大賽



2025

日期：9月28日(星期日)　　**地點：C座1樓牌房**

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歲或以上會員及家屬
截止報名日期： 9月13日（星期六）
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獲發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。

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。

參加者對比賽規則如有異議，可在比賽前提出。康樂遊藝部有最終決定權。

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

報名表可到本會接待處索取或於本會網頁下載

中秋活動2025

今年中秋節，本會為各位小會友準備了兩項中秋手作活動，讓各位感受到濃厚的節日氣氛，度過一個難忘的中秋佳節。



肌理畫夜燈工作坊

從調色開始，為月亮畫紋理、灑上星空、再加入喜歡的小角色，每一盞夜燈都是獨一無二的作品！

日期：10月4日(星期六)　　**收費：**會員$400/位；來賓$480/位
時間：14:00 - 15:30　　**對象：**6-14歲會員、家屬及來賓
地點：本會A座大會議室　　**名額：**10-16人

備註：
1. 費用已包括材料費、用具費及導師費。
2. 每組參加者可完成肌理畫夜燈一盞。
3. 8歲以下參加者須有1位成人陪同參加，不另收費。

報名表可到本會接待處索取或於本會網頁下載

兔子奶黃月餅工作坊

課程由搓撻皮到烤焗一一講解，新手也可以輕鬆掌握製作流程及技巧，並製作出數個兔子形狀的奶黃月餅！



日期：10月5日(星期日)
時間：13:00 - 16:00
地點：上環工作室
收費：會員$550/位；來賓$660/位
(親子形式+$100/組)
對象：5-17歲會員、家屬及來賓
(10歲以下兒童必須以親子形式進行)
名額：6-12人

備註：
1. 如參加者於本會出發及解散，將額外收取$50交通費。
2. 如於本會出發及解散，集合時間為12:30，解散時間為16:30。
3. 費用已包括材料費、用具費及導師費。
4. 每組參加者可完成12件迷你月餅。
5. 10歲以下參加者必須以親子形式進行活動，並須額外收取$100附加費。

截止日期：9月10日(星期三)

SUMMER

香港中華游樂會
暑期活動
2025



PADI開放水域潛水員課程

四天的PADI開放水域潛水員課程已於7月19日圓滿結束。參加者經過兩天在會內的理論課及泳池訓練，了解到各潛水用品的用法和基礎技巧，隨後更到西貢開放水域中進行海上實習。



青少年乒乓球體驗班



青少年乒乓球體驗班已於7月14至16日及7月21至23日舉行。參加者透過體驗和訓練，掌握了乒乓球的基本技巧，並增強了手眼協調、反應和靈活度。





青少年羽毛球體驗班

青少年羽毛球體驗班已於7月14至16日及8月11至13日舉行。

參加者學習到正確握拍、開高遠球及上手擊球等技術動作，從而培養出對羽毛球運動的興趣。





魔術體驗日

魔術體驗日已於7月31日舉行。參加者在專業魔術導師的指導下，掌握到表演魔術的技巧，並親手製作出小狗形狀的氣球。本次活動一共有13名參加者。





中華游樂會暑期網球訓練營

在教練專業及細心的指導下，小球員們可藉此磨練網球的基本功之餘，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。



水世界

本會皇牌暑期活動之一的水世界，已於8月1日順利舉行。炎炎夏日，會友們在泳池盡情狂歡，當中亦有小會友透過比賽贏得獎品，滿載而歸。



壁球同樂日









由羽、乒、壁、匹部主辦，壁球同樂日已於8月17日順利舉行。當天有幸邀得前亞洲冠軍兼前香港壁球隊教練趙詠賢女士及本會資深兼職壁球教練袁志豪先生到場與會友們作技術交流及切磋球技，讓會友們增加對壁球的認識和了解。

在此僅代表羽、乒、壁、匹部感謝趙詠賢女士和袁志豪先生的指導及各會友的參與。



全民運動日 2025

為響應康文署的「全民運動日2025」，本會已於8月2及3日開放2個匹克球場及2個壁球場予公眾人士使用，費用全免。活動兩天獲得一眾運動愛好者熱烈支持，使用本會免費開放的體育設施。本會將繼續推動以「普及化、精英化、盛事化」為目標的香港體育發展。









伸展工作坊

「伸展工作坊」
已於8月9日順利完成。會友透過
全面而安全的伸展動作，促進血液循環及加快
新陳代謝，從而放鬆常用而繃緊的肌肉及預防痛症。





康體/青少年恆常訓練班 (9月)

網 球

JR網球隊A隊訓練
逢星期六 14:00-16:00
JR網球隊B1/B2隊訓練
逢星期六 12:00-14:00
JR網球隊C1隊訓練
逢星期六 08:00-10:00
JR網球隊C2隊訓練
逢星期日 16:00-18:00

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 / 青少年訓練課程報名表
以上恆常班學費皆按月收費

2025年9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 E (友誼賽) CRC VS USRC	03 LADIES' B (友誼賽) CRC 2 VS RECRIEO A	04	05 *JUNIOR DIV A NUTC VS CRC JUNIOR DIV B CRC 1 VS LRC 1 *JUNIOR DIV B THKJC VS CRC 2 *JUNIOR DIV C CRC 1 VS CRC 2	06
07	08	09	10	11	12 JUNIOR DIV A CRC VS DBRC *JUNIOR DIV B SSP VS CRC 1 JUNIOR DIV B CRC 2 VS DBRC *JUNIOR DIV C CBGCC VS CRC 1 *JUNIOR DIV C HKFC VS CRC 2	13 會友乒乓球錦標賽2025 橡筋熱身及運動伸展工作坊 15:00–16:00
14 會友乒乓球錦標賽2025	15	16	17	18	19 JUNIOR DIV B CRC 1 VS IRC JUNIOR DIV B CRC 2 VS USRC *JUNIOR DIV C CCC VS CRC 1 *JUNIOR DIV C THKJC VS CRC 2	20
21 會友乒乓球錦標賽2025	22	23	24	25	26 *JUNIOR DIV A HKFC VS CRC JUNIOR DIV B CRC 1 VS NUTC JUNIOR DIV B CRC 2 VS HKCC *JUNIOR DIV C HKFC VS CRC 1 *JUNIOR DIV C CCC VS CRC 2 霍英東盃高爾夫球錦標賽2025	27 霍英東盃高爾夫球錦標賽2025
28 麻雀王大賽2025 14:30–19:00	29	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. 青少年秋季網球聯賽將於9月5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。

MEN'S E = 男子E網球聯賽
LADIES' B = 女子B網球聯賽
JUNIOR = 中銀香港青少年網球聯賽
＊= 作客賽事

＊以上外借 場地時間為暫定性質，外借場地時間如有更改，以會內張貼告示為準。

男按摩師介紹

由於男按摩師林國輝(Peter)即將退休，本會於2025年9月7日起，增聘一名男按摩師為會員服務，詳情如下：



胡青平 (Tony)

按摩經驗：20年以上

專 長:
中醫全身穴位推拿、指壓、舒緩深層僵硬肌肉、腳底按摩

工作經驗:
深圳東港城美食水療會
深圳富臨大酒店保健按摩中心
香港銅鑼灣Blossom - The Secret Garden

逢星期三休息

全身推拿按摩服務收費

時 間	會 員	來 賓 #
30 分鐘	$210	$400
60 分鐘	$360	$660
90 分鐘	$500	$950

腳底按摩服務服務收費

時 間	會 員	來 賓 #
60 分鐘	$220	$440

#來賓須有會員陪同，始予招待。

如欲享用男按摩師按摩服務，請先致電內線371(男按摩室) 預約。
按摩服務簽單入賬，謝絕現金。





於賽事直播期間，會所雅廊將提供啤酒及多款小食，讓會員盡享精彩賽事。
＊賽事直播時間如有更改， 以電視台最後公布為準。

中餐廳 CHINESE RESTAURANT

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



季節蟹

可選 清蒸 或 鹽焗

重皮蟹 (約7兩重)

/脂膏香軟蟹中極品/

每隻$320

奄仔蟹 (足6兩重)

/肉肥膏滿回味甘香/

每隻$260



爲確保食物質素，需於2日前預訂

查詢電話：2102 9821

圖片只供參考

中餐廳 CHINESE RESTAURANT

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

【迷你白蓮蓉蛋黃月餅】

早鳥優惠 $218/盒

9月18日或之前
訂購即可享早鳥優惠

會員價 $258/盒

取貨日期
9月22日至10月5日



香港製造

榮獲 ISO 22000國際衛生認可

圖片只供參考

【迷你流心奶黃月餅】

查詢電話：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