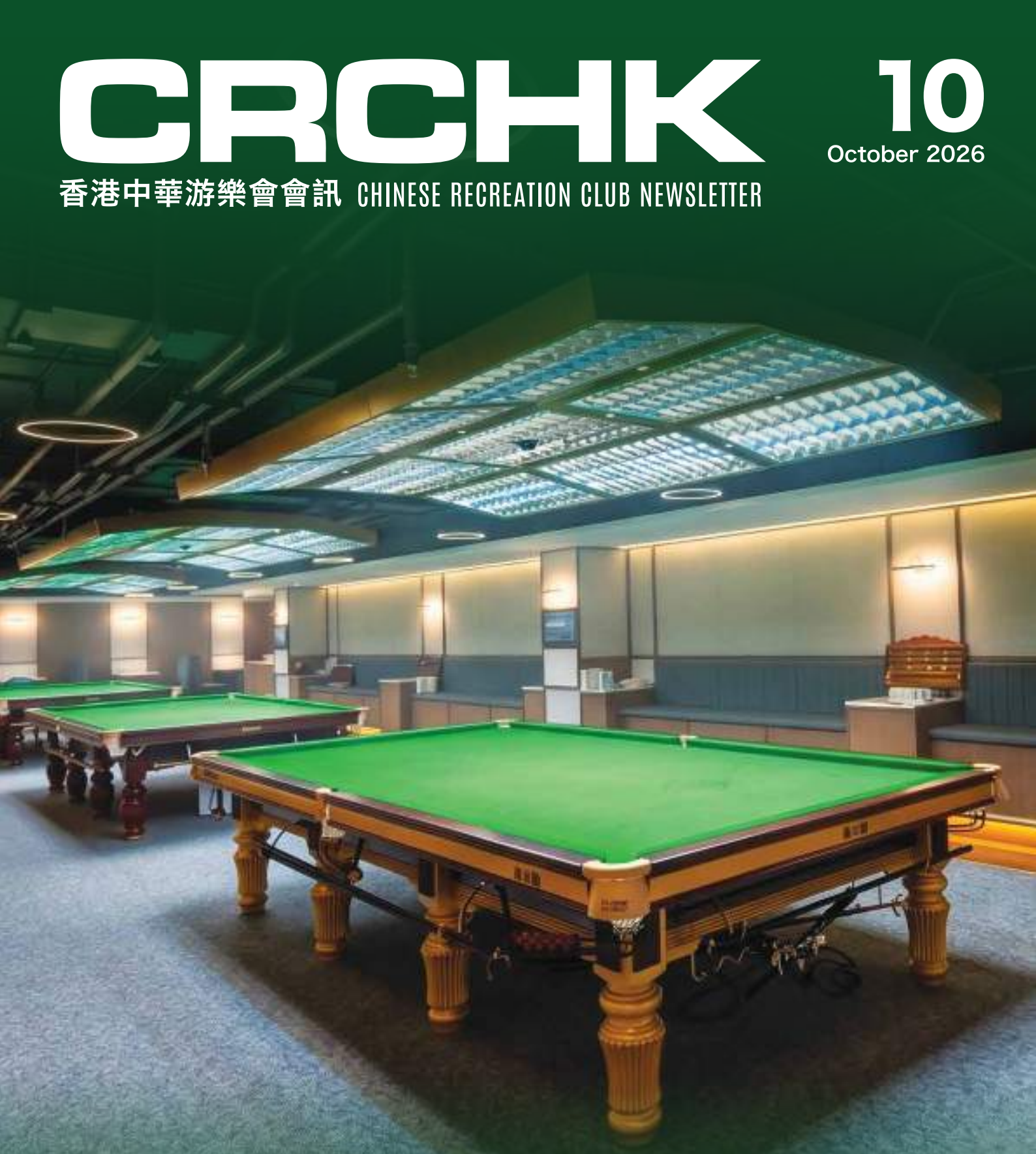
CRCHK

10
October 2026

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



會員通訊

悼念董建華先生

D座新大樓
榮獲綠建環評金級認證

設施升級 精進煥新

活動預告

MWT青少年新秀比賽

MWT聖誕網球訓練營

MWT青少年黃波
全日進階表現訓練營

活動花絮

水運會2026

七會桌球聯賽晚宴

Coleman Wong
網球訓練營

目錄 Contents

2026年10月刊

會所目錄

中華軒
2102 9821

訂場處
2102 9888

會籍事宜
2102 9810

西餐廳
2102 9822

游泳池
2577 0998

接待處
2577 7376

咖啡廊
2102 9820

Pro Shop
3725 6310

康樂體育
3725 6344

會員賬項
2102 9808
2102 9809

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

飲食部
梁俊傑
Kit Leung
kit@crchk.com

康體部
曾文軒
Gabriel Tsang
gabriel.tsang@crchk.com

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

鄧浩賢
Keith Tang
keith.tang@crchk.com

總務部
朱威信
Wilson Chu
wilson.chu@crchk.com

各座設施位置

A座
G/F: 游泳池、更衣室
1/F: 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、桌球室
7/F: 西餐廳
8/F: 17及18號網球場、匹克球場

C座
G/F: 兒童遊樂場、牌房 9
1/F: 牌房 1-6、多功能區(乒乓球區)、音樂室、閱讀室
2/F: 羽毛球場、乒乓球室
5/F: 匹克球場

D座
G/F: 會所大堂、休閒廳、咖啡廊、滿貫吧、戶外咖啡廊、體育用品專門店、訂場處
1/F: 中華軒、中華廳
2/F: 健身室、多功能室、更衣室
3/F: 高球區、空中廊、空中花園、室內游泳池
R/F: 天台花園

FSC MIX Paper | Supporting responsible forestry FSC® C122893
PRINTED WITH SOY INK

會員通訊

4
會務點滴

5
・悼念董建華先生
・支持環保生活

6
停車場增設快速充電樁

7
・D座新大樓榮獲綠建環評金級認證
・中秋節義工隊出動

8-9
設施升級 精進煥新

活動預告

10
MWT網球訓練班

11
・10-11月健身工作坊
・CRC OPEN 2026 決賽拾球僮招募

12
CRC OPEN 2026

13
會內青少年聯賽

14
青少年新秀比賽

15
MWT聖誕網球訓練營

16
MWT青少年黃波全日進階表現訓練營

活動花絮

17
・水運會2026
・泳池冬季開放時間

18
・會友乒乓球錦標賽2026
・乒乓球代表隊選拔2026

19
・中山觀光美食兩天團
・雙打錦標賽2026

20
・Coleman Wong 網球訓練營
・羽毛球代表隊比賽

21
・七會桌球聯賽晚宴
・新桌球室開幕



活動資訊

22-23
10月活動及外借場地大表

24
本會羽毛球教練

25
10月康體 / 青少年恆常訓練班

飲食推介

26
中華軒：鮮淮山燒汁牛尾煲

27
咖啡廊：滋味漢堡系列



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!

B座5樓全新桌球室
今期會訊以B座5樓的全新桌球室作為封面！新桌球室設施完善，環境舒適，設有世界賽事指定的國際標準桌球檯及休息卡座。誠意邀請各會員到全新桌球室享受打球的樂趣。

會所設施升級優化
本會一直致力升級各項設施，務求令會員們能享受更佳的會所環境，提升運動及休閒體驗。今期會訊第8-9頁輯錄了近期施工的工程進度，包括：A座地下男女更衣室、1樓會議室及2樓壁球場、B座5樓女更衣室、C座1樓自修閱讀區。在此謹代表本會感謝會員一直的支持，以及對工程的諒解與耐心。

CRC OPEN 2026
本會主辦的2026年度全港網球公開賽(CRC OPEN)將於10月24日揭開序幕，賽期橫跨6星期，一眾網球好手屆時將上演連場龍爭虎鬥，競逐殊榮。今屆賽事的亮點為重設元老賽事，務求能令更多球手享受比賽的樂趣。公開賽獎金獎品總值港幣$400,000，賽事更提供一個好機會，讓會友及一眾網球愛好者比拼較量。

中華游樂會挑戰盃賽
2026年的「中華游樂會挑戰盃賽」定於10月4日(星期日)假沙田馬場舉行，屆時本會主席林詩鍵太平紳士伉儷將親臨主持頒獎。中華游樂會挑戰盃賽歷史悠久，於1971年在跑馬地馬場首次舉行，此後即成為每年一度的賽事。歡迎各會友踴躍參與，邀請來賓好友一同支持這個一年一度的盛事，享用本會馬會廂房設施。查詢馬會廂房事宜，請聯絡會員服務部/接待處。

活動精彩花絮及展望
今期會訊輯錄了8至9月份的精彩活動花絮，包括：水運會、中山觀光美食團、會友乒乓球錦標賽、Coleman Wong網球訓練營等。 另一方面，本會正積極籌備除夕晚會活動，有關報名詳情，將容後公布，請密切留意宣傳及從速報名。

關懷社區 積極送暖
本會致力關懷社區，自2019年成立的CRC職員義工隊經常服務社群，今期會訊第7頁，回顧義工隊在中秋佳節前夕積極送贈月餅予大坑坊眾福利會，又參與了九龍樂善堂舉辦的一項中秋送暖活動，上門派發福袋予九龍城區的長者及基層家庭，以表心意及關愛，傳遞節日祝福與喜悅！

總經理梁文滔
2026年10月

香港中華游樂會悼念董建華先生

前全國政協副主席及香港特別行政區首任行政長官董建華先生辭世，香港中華游樂會同仁深感悲痛，謹此致哀。

董建華先生由1998年至2021年期間出任本會名譽會長，多年來一直與本會保持密切的聯繫，對本會懷著深厚情誼。董建華先生傾力服務國家與香港，畢生踐行其「讓每個香港人以身為中國人而感到自豪」的願景，為愛國愛港之典範，對香港回歸後的繁榮穩定與長遠發展作出卓越貢獻，實為華人之光及社會楷模。

本會同仁對董建華先生的辭世表示深切哀悼及思念，並向他的家人致以最深切的慰問。







停車場增設快速充電椿

停車場增設快速充電椿預計10月起推行「按量收費」新方案

本會一直致力優化會員的泊車體驗。隨著電動車日益普及，本會深知為會員提供與時並進的充電服務至關重要。為此，本會6月份在B座停車場內鋪置電纜工作，現已安裝快速充電椿並完成測試，充電電量供應由11kW DC提升至30kW DC，有效減少充電等待時間至3小時內。預計由10月起以用量計算的電動車充電方案，以取代現行的收費模式。新方案將按每度電(kWh)港幣$3計算。在新收費下，收費更趨合理易明，會員只需依據實際用電量付費，當充電完成或斷開充電連接後，費用便會即時停止累積。

為方便會員掌握進度，當充電即將完成(前15分鐘)，本會手機應用程式(CRCHK App)將會同步發送推送通知讓會員預早準備；充電完成後，CRCHK App與SMS將同步發送通知，提醒會員需於15分鐘內移走車輛，否則產生逾時佔用費每小時$100。會員亦可隨時於CRCHK App內一覽所有充電及費用詳情。

為確保所有會員均能公平使用，本充電站為會員專屬設施，僅供已完成車牌登記之電車使用，每次限一部車輛充電。

本會將一如既往持續提升會員服務，與您攜手邁向綠色可持續的未來。

15 min 充電即將完成前15分鐘，CRCHK App發送推送通知

0 min 充電完成時，CRCHK App與SMS同步發送通知



CRCHK App
下載本會手機應用程式

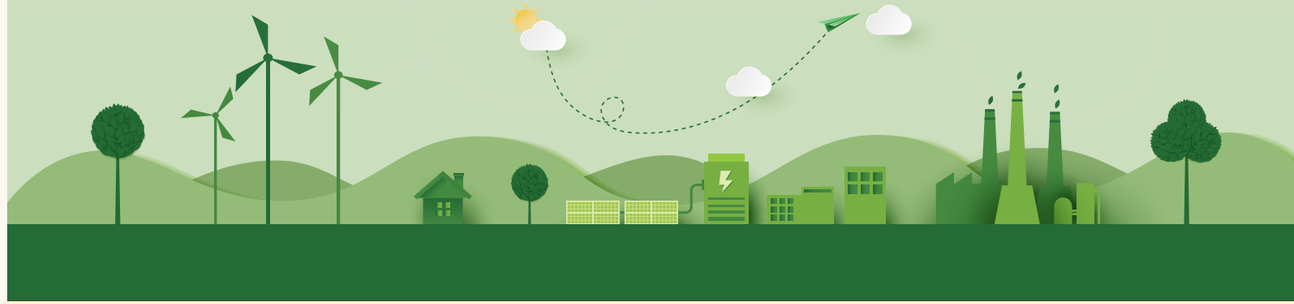
App Store　Google Play



D座新大樓榮獲綠建環評新建建築(1.2版)最終金級認證

GOLD 金級 V1.2-2025 HKGBC BEAM Plus 綠建環評

很高興通知大家，本會新D座大樓已順利通過「綠建環評」(BEAM Plus)審核，榮獲綠建環評新建建築(1.2版)最終金級認證！此認證認可本會在綠色建設方向上的努力，積極減少碳排放，包括使用具能源效益的系統和設備、使用可再生能源、減少浪費食水、節約用電、減少對周遭環境的污染、增設無障礙設施等等，以綜合設計方式建造綠色建築。D座大樓在「創新」範疇中取得滿分；相比綠建環評基準，D座大樓每年可額外節省逾18%能源及33%用水；在「室內環境質素」範疇中取得82%的得分，涵蓋室內空氣質素、照明質量及聲音質量等範疇。本會將繼續以負責任的態度及秉承可持續發展的營運方向，為社會及持份者創造長遠價值。



中秋節義工隊出動

CRC職員義工隊隨著中秋佳節投身社區服務，於9月19日參加了九龍樂善堂組織的「樂善之友 - 樂善共迎中秋日」。當日本會義工與來自其他機構的義工攜手合作，一同前往九龍城區的簡約公屋及公共屋邨，上門拜訪長者與基層家庭，為他送上中秋月餅福袋，傳遞節日的溫暖與祝福，與社區一同歡慶中秋。







設施升級。精進煥新

香港中華游樂會一直致力於為會友提供卓越的體驗。我們深信，會所不僅是揮灑汗水的運動場地，更是凝聚情誼、享受生活與放鬆身心的地方。為了響應會友日益多元的需求，我們繼續推進設施升級工程——從硬體設備的迭代更新，到環境氛圍的細緻雕琢，全心全意為每一位喜愛運動、餐飲、休閒與娛樂的會友，塑造更具溫與品質的會所體驗。

A座

地下男女更衣室全面升級

更衣室翻新工程正如火如荼進行中，預計將於10月內竣工。

- 儲物櫃優先租用：因為工程需要搬遷的原A座更衣室儲物櫃租用者，並已經於接待處登記之會員，均可優先租用月租儲物櫃。
- 搬回儲物櫃安排：為了更貼心及彈性安排充裕時間搬遷儲物櫃，此前受工程影響而暫時正使用B座4樓及5樓更衣室儲物櫃的會員，由原定10月1日至10月7日，調整為10月17日至10月25日期間，可將個人物品遷回A座儲物櫃。



1樓空間重新規劃與優化佈局

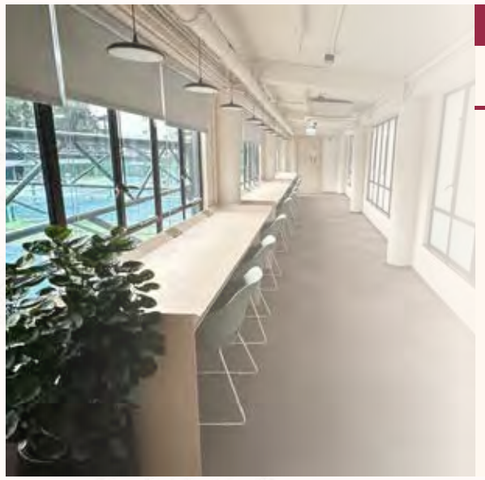
全面翻新工程已進入最後衝刺階段。本次工程將會增設男女洗手間，並修繕大、小會議室，旨在提升會務運作效率與服務品質。

2樓壁球場優化

壁球場翻新工程已於8月底順利竣工，並於9月13日正式開放服務。歡迎喜愛壁球的會友聯絡訂場處查詢及預約。



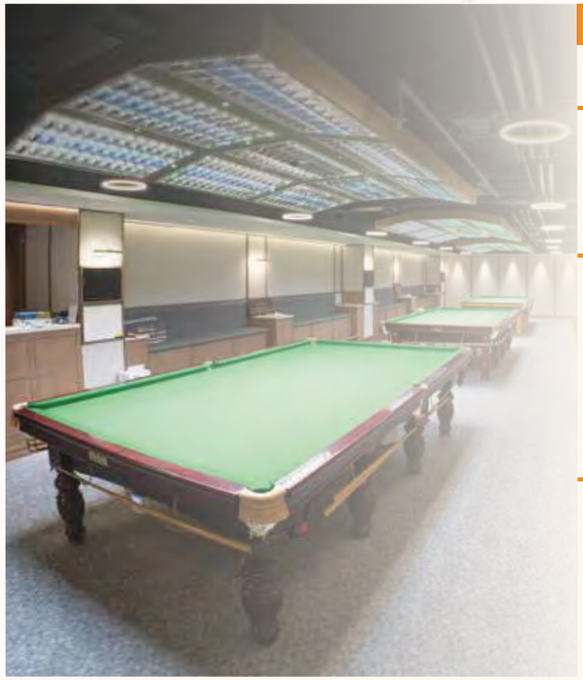




C座

1樓走廊改建計畫

- 第一階段（自修閱讀區）：為青年會員及各界會友提供了一處靜謐快適的空間，無論是溫習閱讀或放鬆身心皆相宜。
- 第二階段（自助咖啡區）：預計將於10月竣工，即將為會友帶來更便捷寫意的休閒體驗。





B座

5樓女更衣室裝修與無縫交接安排

B座5樓女更衣室工程會以無縫交接為目標，將待A座女更衣室竣工並開放後才關閉展開施工（預計施工期為2026年10月26日至2027年1月）。

臨時儲物櫃服務

接待處正主動致電現時使用儲物櫃之會員瞭解搬遷意向。如有意繼續使用儲物櫃的會員，現可於10月25日前搬遷至B座8樓使用臨時儲物櫃；若不打算繼續租用，請於10月25日前安排清空。待工程竣工後，原有租用B座儲物櫃之會員可獲優先租回。

5樓桌球室

全新桌球室已舉行拜神儀式，祈求鴻圖萬里。球室設有世界賽事指定的國際標準桌球檯、自動計分系統、球桿儲存櫃及休息座位。現已正式投入服務，歡迎會友前往體驗。



網球場體驗全面升級

- 燈光與視覺優化：7至13號網球場的燈具更換工程已經完成，並進行精密的角度調校，以確保提供最舒適、專業的夜間打球光照環境。
- 場地通道貫通：於行人天橋橋底增設的新通道貫通1號與7號網球場，大幅提升會友往來兩邊場地的便利性。

感謝各會員的支持，以及在工程期間的諒解與耐心。

如對上述工程進度或儲物櫃搬遷安排有任何查詢，歡迎隨時聯絡接待處。

MWT
網球訓練班 2026年 10–12月

Mike Walker Tennis (MWT) 現以全新面貌登場!

MWT Tennis Director– Karan Rastogi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。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)、女子雙打訓練課程(Ladies Clinic)及私人及小組訓練班(Private and Semi–private Tennis Lesson)，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!

詳情請掃瞄
以下QR Code：

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

女子雙打訓練課程
Ladies Clinic

私人及小組訓練班
Private and
Semi–private Tennis Lesson

課程	按月收費	按堂收費
青少年訓練班	$206.3/堂 (0.75小時)	/
	$275/堂 (1小時)	/
	$413/堂 (1.5小時)	/
	$550/堂 (2小時)	/
	$687.5/堂 (2.5小時)	/
成人訓練班 (初階/中階/進階)	$550/堂(2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

備註：
1. 如有任何疑問 (分班查詢)，請發送電子郵件至crmwt@gmail.com
2. 青少年網球恆常課程不設逐堂報名
3. 如欲退出課程，退出申請必須在欲退出之月份開始前最少15天提交

10-11月健身工作坊

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10日 (星期六)
時 間：15:00-16:00
地 點：D座2樓多功能室（健身室旁）
費 用：全免
對 象：本會會員及家屬
名 額：8人
教 練：駐場教練盧世康
截止報名日期：10月3日 (星期六)

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，令你能輕鬆及健康地享受人生！

日 期：11月14日 (星期六)
時 間：15:00-16:00
地 點：D座2樓多功能室（健身室旁）
費 用：全免
對 象：本會會員及家屬
名 額：8人
教 練：駐場教練司徒晉賢
截止報名日期：11月7日 (星期六)

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. 如報名人數超出活動名額，本會將於截止報名後抽籤決定最終參與名單，並以WhatsApp通知相關消息，請務必填寫WhatsApp號碼。
6. 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。

CRCOPEN2026

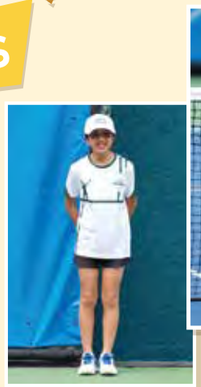
JOIN US

決賽拾球僮招募

CRC OPEN現正式向各會員子女進行「CRC OPEN決賽拾球僮」招募，除了可親身到場觀看激烈的網球決賽外，擔任拾球僮一職更可深切享受賽事氣氛。如想為賽事盡一分力，就要把握機會報名！詳情將稍後公佈，敬請留意。

本年度CRC OPEN決賽拾球僮項目如下：

	項目
1	混合雙打公開錦標賽
2	女子單打公開錦標賽
3	男子雙打公開錦標賽
4	男子單打公開錦標賽
5	女子雙打公開錦標賽













詳情請留意會內宣傳。

CRC OPEN 2026

Organizer
主辦機構

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

CRC OPEN 2026

香港中華游樂會二零二六年度全港網球公開賽



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

Entry Deadline 截止報名日期 ：27/9/2026 (Sunday 星期日) 7pm
Commence On 開賽日期 ：24/10/2026 (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

Tournament Website 賽事網址 www.crcopen.com
Enroll online and support a greener tournament
網上報名，支持綠色賽事

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

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

HKCTA

Official Charity Partner:
慈善合作夥伴

146

CRC OPEN CRC OPEN CRC OPEN

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

Official Product Sponsors 大會指定產品贊助商：
K-SWISS DUNLOP Acti-Tape 普力通 PERNATON 和興 HILX

CRC會內青少年聯賽比賽

MW TENNIS

參加CRC會內青少年聯賽比賽！
逢星期六晚上 6 時至 9時，一起享受競技與團隊合作的精彩時光！
本活動歡迎所有青少年會員參加，透過實戰提升技術水平及比賽表現。

第二季
2027年1月至6月
逢星期六:18:00-20:30（綠波組）
18:00-21:00（黃波組）

綠波組
限12歲或以下

日期
9/1, 23/1, 13/2, 27/2, 13/3, 10/4, 24/4, 22/5, 5/6, 19/6

黃波組
限18歲或以下

日期
16/1, 30/1, 20/2, 6/3, 20/3, 17/4, 15/5, 29/5, 12/6, 26/6

費用
$275/週

會員可選擇單週或整季報名。

名額有限，先到先得！

網 上 報 名

CRC 青少年新秀比賽

歡迎參加 CRC 青少年新秀比賽！

參加我們的紅球及橙球網球比賽，讓小朋友在積極、有趣的氛圍中踏出競技網球的第一步！

活動以輕鬆的環境推廣樂趣、運動精神和團隊合作，非常適合培養技巧，並建立對網球的熱愛。

第二季
2027年1月至6月
逢星期日:*15:00-17:00*

橙波組
限9歲或以下

日期 Date
17/1, 31/1, 21/2, 14/3, 11/4, 25/4, 9/5 30/5, 13/6, 27/6

紅波組
限7歲或以下

日期 Date
10/1, 24/1, 14/2, 7/3, 4/4, 18/4, 2/5, 23/5, 6/6, 20/6

費用

$275/週

會員可選擇單週或整季報名。

名額有限，先到先得！

網 上 報 名

中華游樂會聖誕網球訓練營2026

準備好迎接MWT聖誕網球營吧！
在球場上度過歡樂的假期！這個訓練營是為青少年球員在假期保持活力、提升球技的最佳方式。我們熱情歡迎各個程度的球員參加。課程重點在於幫助每位孩子建立扎實的網球基礎、改善比賽表現，並透過有趣的遊戲與訓練學習新技巧。快替孩子報名，讓他們度過一段精彩難忘的時光！

第1周						
班 別	對 象	日 期	時 間	會員收費	來賓收費	師生比例
紅波班	4 - 7 歲	12月14-18日 星期一至五 (共5堂)	9 : 00 - 10 : 00	$ 1,375	$ 1,650	紅波及橙波班: 1:6
橙波班	6 - 9歲		10 : 00 - 11 : 00	$ 1,375	$ 1,650	
綠波班	8 - 11歲		9 : 00 - 11 : 00	$ 2,750	$ 3,300	綠波及黃波班: 1:4
黃波班	10歲或以上		11 : 00 - 13 : 00	$ 2,750	$ 3,300	
第2周						
班 別	對 象	日 期	時 間	會員收費	來賓收費	師生比例
紅波班	4 - 7 歲	12月21-24日 星期一至四 (共4堂)	9 : 00 - 10 : 00	$ 1,100	$ 1,320	紅波及橙波班: 1:6
橙波班	6 - 9歲		10 : 00 - 11 : 00	$ 1,100	$1,320	
綠波班	8 - 11歲		9 : 00 - 11 : 00	$ 2,200	$ 2,640	綠波及黃波班: 1:4
黃波班	10歲或以上		11 : 00 - 13 : 00	$ 2,200	$ 2,640	
第3周						
班 別	對 象	日 期	時 間	會員收費	來賓收費	師生比例
紅波班	4 - 7 歲	12月28-31日 星期一至四 (共4堂)	9 : 00 - 10 : 00	$ 1,100	$ 1,320	紅波及橙波班: 1:6
橙波班	6 - 9歲		10 : 00 - 11 : 00	$ 1,100	$ 1,320	
綠波班	8 - 11歲		9 : 00 - 11 : 00	$ 2,200	$ 2,640	綠波及黃波班: 1:4
黃波班	10歲或以上		11 : 00 - 13 : 00	$ 2,200	$ 2,640	

備 註:

1. 會員優先報名及取錄至11月30日，來賓由12月1日起開始接受報名。

網 上 報 名

每份表格只限一位參加者，每位參加者必須提供有效的CRC會員編號。

香港中華游樂會MWT 青少年
黃波全日進階表現訓練營（僅限進階球員）

誠邀不同進階球員參加高強度的專業訓練營。上午透過專業餵球與擊球動作強化提升技巧，下午專注於比賽實戰及網球專項體能訓練。

上午課程（11:00 - 13:00）	技術訓練： 高強度擊球練習及步法強化。
下午課程（14:30 - 16:00）	實戰與體能： 比賽策略及專項體能訓練。

報名詳情:
報名方式： 球員可選擇參加上午或下午課程，必須參與整週課程，不設按比例收費。
優先安排： 報名全日課程的球員將獲優先考慮。
來賓： 會員可邀請進階水平來賓參加。
錄取標準： MWT 教練團隊將依球員水平決定錄取，最終決定由MWT教練作出。

	日 期	時 間	會員收費	來賓收費	師生比例
第1周	12月14-18日 星期一至五 (共5堂)	上午課程: 11:00-13:00 下午課程: 14:30-16:00	上午課程: $2,200/4堂; $2,750/5堂 下午課程: $1,652/4堂; $2,065/5堂	上午課程: $2,640/4堂; $3,300/5堂 下午課程: $1,984/4堂; $2,480/5堂	1:4
第2周	12月21-24日 星期一至四 (共4堂)				
第3周	12月28-31日及 星期一至四 (共4堂)				

備 註:
會員優先報名及取錄至11月30日，來賓由12月1日起開始接受報名。

每份表格只限一位參加者，
每位參加者必須提供有效的CRC會員編號。

網 上 報 名

水運會
Swimming Gala 2026









由游泳部主辦之第56屆水運會，已於2026年8月23日下午順利舉行。本屆一共舉辦了94項賽事，並吸引70位會友參加，刷新出多達31項大會紀錄。

本屆的女子全場總冠軍由梁銘恩以5面金牌及1面銀牌成績奪得，而男子全場總冠軍則由黃浩聰以3面金牌成績奪得。

在此謹代表游泳部感謝一眾參賽者的支持並恭賀每一位得獎者。特別鳴謝游泳部主任崔智堅先生、副主任傅浩堅博士、委員丘明崑先生及委員關大理先生於百忙之中抽空出席頒獎，同時感謝各游泳部委員的策劃及支持，讓是次水運會得以順利舉行。




游泳池 冬季開放時間

本會游泳池將由2026年11月1日至2027年4月30日，實施冬季開放時間，詳情如下：

泳池設施	冬季開放時間	清池時間
室外淺水池	07:00-21:45	逢星期一、三、五 14:00-15:00
室外深水池	09:00-17:00	
室內池	07:00-21:45	逢星期二、四、六 14:00-15:00

敬請留意。

會友乒乓球錦標賽2026

會友乒乓球錦標賽2026已在8月29日、9月5及6日圓滿舉行。本屆賽事得獎者亦在三天比賽中順利「出爐」，其中葉樹枝、楊雅晴及陳駿熙分別成功衛冕元老組 - 65歲或以上男子單打、公開組 - 女子單打及青少年組 - 15歲或以下青少年單打。今年新設的賽事項目—元老組 - 65歲或以上女子單打由莫瑋玲奪得冠軍。在此謹代表羽、乒、壁部感謝所有參賽者的支持，並恭賀各得獎者。特別鳴謝羽、乒、壁部主任傅浩堅博士於百忙之中蒞臨擔任頒獎嘉賓。

比賽項目	冠軍	亞軍
公開組-男子單打	吳嘉福	蕭家駒
公開組-女子單打	楊雅晴	歐燕群
元老組-65歲或以上男子單打	葉樹枝	李達安
元老組-65歲或以上女子單打	莫瑋玲	歐燕群
壯年組-40歲或以上男子單打	葉樹枝	陳國群
壯年組-40歲或以上女子單打	莫瑋玲	歐燕群
青少年組-18歲或以下青少年單打	李竣民	陳曉嵐
青少年組-15歲或以下青少年單打	陳駿熙	陳灝揚
青少年組-9歲或以下青少年單打	孔繁銘	趙朗昊



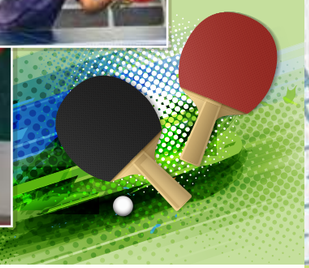












乒乓球代表隊選拔2026

乒乓球代表隊年度選拔已分別於9月16日及9月18日在C座1樓乒乓球區順利舉行，入選的會友將代表本會參加由中國香港乒乓球總會主辦的「2027球會聯賽」。期待各位球友在賽場上全力以赴，展現球技與團隊精神，為本會爭光。









中山觀光美食兩天團

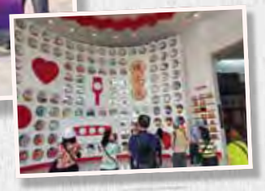
由康樂遊藝部主辦之中山觀光美食兩天團已於9月19至20日順利舉行，是次活動共有14位會友及來賓參加。團友不但暢遊多個中山著名景點，更品嚐了各款地道美食，盡享旅遊的樂趣。活動得以順利舉行，實有賴會友們的熱烈參與，在此僅代表康樂遊藝部威謝各會友們的支持。













CRC 雙打錦標賽 2026

本年度的CRC雙打錦標賽採用全新賽制：金組、銀組及銅組分組賽，共收到42項報名，共84人參與本屆賽事，在此感謝各位會友踴躍參與賽事及恭喜各得獎者。

比賽項目	冠軍	亞軍
男子雙打（金組）	唐樂恒 / 關至諾	劉允中 / 于日熙
男子雙打（銀組）	鄭維章 / 李挺肇	林有勤 / 孫秉權
男子雙打（銅組）	彭顯君 / 莊漢祺	張景輝 / 林建煇
女子雙打（金組）	鄭允湘 / 吳慧兒	江伊琳 / 湯詠珊
女子雙打（銀組）	曾幗輝 / 黃嘉儀	何維 / 胡若凡











COLEMAN WONG 網球訓練營

黃澤林（Coleman Wong）於9月10日（星期四）在本會舉辦網球訓練營，本會榮獲12個名額，讓青少年球員能與Coleman同場練習及互動交流，近距離向本地頂尖球員學習，提升技術水平並獲取寶貴經驗。









羽毛球代表隊比賽

本年度本會有幸參加由中國香港羽毛球總會主辦之「2026第四十八屆會長盃全港羽毛球混合團體錦標賽」。本會派出男子組及混合組球員出戰，兩組賽事分別於 8月29日及 9月2日順利完成。

雖然成績稍有遺憾，但各位球員在比賽中均全力以赴，充分展現了「永不放棄」的精神。

相信每位球員均能從是次比賽中汲取寶貴經驗，並在未來的賽事中發揮得更為出色。







七會桌球聯賽晚宴

七會桌球聯賽頒獎禮於9月2日在本會中餐廳舉行，以表揚各會代表在過去一年的出色發揮及努力。是次頒獎禮除了本會主席林詩鍵先生出席外，更邀得中國香港桌球總會主席羅永聰先生及義務司庫崔浩強先生蒞臨。

憑藉球員們的非凡表現，本會桌球代表隊以9勝2和1負的佳績，連續三年奪得七會桌球聯賽冠軍。

本會球員李耀輝先生更榮獲賽事 最有價值球員（Most Valuable Player）獎項。

桌球部謹代表會方向本會桌球代表隊致以熱烈祝賀，並期望球隊於2026 - 2027年度賽事中再創佳績。







新桌球室開幕

本會新桌球室已於9月3日隆重開幕，並舉行剪綵儀式，祈求場地吉祥順利。新桌球室位於B座5樓，設施完善，環境舒適，為會員提供更理想的康樂空間。是次開幕象徵本會在推動桌球運動上的新里程，亦為即將展開的各項賽事增添活力。感謝各位會員一直以來的支持，誠邀大家踴躍使用，共同享受桌球樂趣。







2026年10月活動及外借場地大表

* = 作客賽事
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
LADIES' B = 女子B 網球聯賽

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4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7日展開，為期3個多月。部份球由19:00起將預留作比賽用途，敬請留意。
4. 本會將於10月24日至12 月6日舉行CRC OPEN 2026，屆時7-13 球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。不便之處，敬請原諒。

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
				01 國慶日	02 JUNIOR DIV A CRC VS KTC JUNIOR DIV B CRC VS HKFC *JUNIOR DVI C NUTC VS CRC 1 JUNIOR DIV C CRC 2 VS THKJC *MEN'S E CCC 1 VS CRC	03
04 麻雀王大賽 – 廣東牌2026 14:30 開始 圍棋C班 15:00–16:00 圍棋D班 16:00–17:00	05 *MEN'S A AC 2 VS CRC LADIES' A+ CRC VS HKFC 2 LADIES' A CRC VS CCC 2	06 *MEN'S B HKFC 1 VS CRC LADIES' B CRC 1 VS LAGUNA *LADIES' B LRC VS CRC 2 圍棋A班 10:00–11:00 圍棋B班 11:00–12:00	07 MEN'S C CRC 1 VS HLY MEN'S C CRC 2 VS HKFSSWC *LADIES' C KTC VS CRC	08 MEN'S A+ CRC VS HLY MEN'S D CRC VS CBGCC 2	09 *JUNIOR DIV A THKJC VS CRC JUNIOR DIV B CRC VS AC *JUNIOR DIV C AC VS CRC 1 JUNIOR DIV C CRC 2 VS HKCC *MEN'S E CCC 2 VS CRC	10 高強度無器械(徒手)健身工作坊 15:00–16:00
11 圍棋C班 15:00–16:00 圍棋D班 16:00–17:00	12 * MEN 'S A HFCC VS CRC LADIES' A+ CRC VS DBRC LADIES' A CRC VS GCYCC	13 MEN'S B CRC VS CCC 1 *LADIES' B HKCC VS CRC 1 LADIES' B CRC 2 VS KTC 圍棋A班 10:00–11:00 圍棋B班 11:00–12:00	14 MEN'S C CRC 1 VS FPCC *MEN'S C KTOHA VS CRC 2 *LADIES' C HKFC VS CRC	15 MEN'S A+ CRC VS LRC MEN'S D CRC VS PTC	16 JUNIOR DIV A CRC VS CCC *JUNIOR DIV B CBGCC VS CRC *JUNIOR DIV C JLRA VS CRC 1 JUNIOR DIV C CRC 2 VS LRC MEN'S E CRC VS KCC 霍英東盃高爾夫球錦標賽2026	17 霍英東盃高爾夫球錦標賽2026
18	19 重陽節翌日	20 MEN'S B CRC VS HFCC 2 *LADIES' B IRC VS CRC 1 LADIES' B CRC 2 VS RECREIO 圍棋A班 10:00–11:00 圍棋B班 11:00–12:00	21 *MEN'S C SCAA VS CRC 1 MEN'S C CRC 2 VS AC MEN'S C CRC VS FPCC	22 MEN'S A+ CRC VS CCC *MEN'S D IRC VS CRC	23 JUNIOR DIV A CRC VS HKIS *JUNIOR DIV B HKCC VS CRC *JUNIOR DIV C SCAA VS CRC 2 MEN'S E CRC VS RECREIO 2	24 CRC OPEN 2026開始
25 圍棋C班 15:00–16:00 圍棋D班 16:00–17:00	26 *MEN'S A HKU VS CRC *LADIES' A+ HKCC 1 VS CRC *LADIES' A MSSRC VS CRC	27 *MEN'S B PACIFIC VS CRC 圍棋A班 10:00–11:00 圍棋B班 11:00–12:00	28 *MEN'S C KINGSWOOD 1 VS CRC 1 *MEN'S C IRC 1 VS CRC 2 *LADIES' C HKCC VS CRC	29 *MEN'S A+ AC VS CRC *MEN'S D THKJC 3 VS CRC	30 *JUNIOR DIV A NUTC VS CRC *MEN'S E DBRC VS CRC 粵語金曲音樂交流夜 19:00–23:00	31



羽毛球私人教練
資歷及收費簡介

2026年10月修訂



教練 梁雋堯

簡介：
- 曾代表香港出戰亞運會、東亞運動會、世界錦標賽及亞洲錦標賽等多項國際賽事
- 第六屆全港運動會男團冠軍
- 第五屆全港運動會男雙冠軍
- 2013年及2014年全港雙打羽毛球錦標賽混合團體B級冠軍
- 2013年及2014年會長盃全港羽毛球錦標賽男子團體冠軍

項目	收費
1對1	$1,250
1對2	$1,375



教練 官惠慈

簡介：
- 1998年波蘭公開賽混雙冠軍
- 2002年釜山亞運女子團體銅牌
- 2002年世界級優霸盃季軍
- 2003年亞洲錦標賽混雙季軍
- 2009年東亞運女子團體銅牌

項目	收費
1對1	$1,000
1對2	$1,250



教練 吳天殷

簡介：
- 前香港羽毛球代表隊成員
- 香港羽毛球總會註冊教練
- 前香港理工大學校隊主力及隊長
- 2026 亞洲大學羽毛球錦標賽（台北）混合團體第4名、女子單打 第16名
- 2026 全港羽毛球錦標賽 中級組女子單打 冠軍
- 2025 世界大學生運動會（萊茵-魯爾）混合團體 第5名
- 2022 全港羽毛球錦標賽 高級組女子單打 亞軍
- 2022 越南羽毛球公開賽（超級100）女子單打 第9名

項目	收費
1對1 / 1對2	$850
1對3 / 1對4	$1,000



教練 黃俊傑

簡介：
- 2024 年葵青區代表
- 2023 全港雙打聯賽混合C組團體季軍
- 2018 高級會長盃男子團體亞軍
- 2017 敬發盃羽毛球團體專業組四強
- 2017 Yonex王者之志全國巡迴賽混合雙打季軍
- 2017 廣州天健盃男子雙打亞軍
- 現任中華游樂會羽毛球訓練班教練
- 現任荃葵羽羽毛球會教練
- 曾任中文大學聯合書院院隊教練

項目	收費
1對1 / 1對2	$550
1對3 / 1對4	$670

備註:
1. 參加者須填妥及簽署「免責聲明及參加者同意書」及「體能活動就緒問卷(PAR-Q)」。
2. 請於上課前一星期預約教練，以便預訂場地。
3. 康體部會按照會員要求安排教練及上課之時間，並於WhatsApp(63880508)通知會員是否成功預約。
4. 如學員在學習羽毛球時，引致受傷或任何損失，會方及教練恕不負責。
5. 如參加者取消課堂，須於開課24小時前通知康體部及教練。參加者無論是否有醫生證明，如於24小時內通知取消課堂或缺席，費用照收。
6. 本會恕不接受來賓到會學習羽毛球。
7. 學員須自備羽毛球拍。
8. 如有任何爭議，康體部將保留最終決定權。

詳情請參閱報名表。

預約及查詢電話: 2577 7376

康體/青少年恆常訓練班(10月)

網球



JR網球隊A隊訓練
逢星期六 14:00-16:00
JR網球隊B隊訓練
逢星期六 11:00-13:00
JR網球隊C1隊訓練
逢星期六 08:30-10:30
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
成人創作班
逢星期一 19:00-20:30

Pilates



A 班
逢星期二 15:00-16:15

水療運動



水療運動A班
逢星期二 17:00-18:00
水療運動B班
逢星期三 17:00-18:00
水療運動C班
逢星期五 17:00-18:00
水療運動D班
逢星期三 10:00-11:00
水療運動E班
逢星期三 11:00-12:00
水療運動F班
逢星期五 10:00-11:00

太極拳



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

瑜伽



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
逢星期五 20:15-21:30

健康舞



午間A班
逢星期一、四 14:15-15:30
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

運動伸展



A 班
逢星期二 16:15-17:30

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

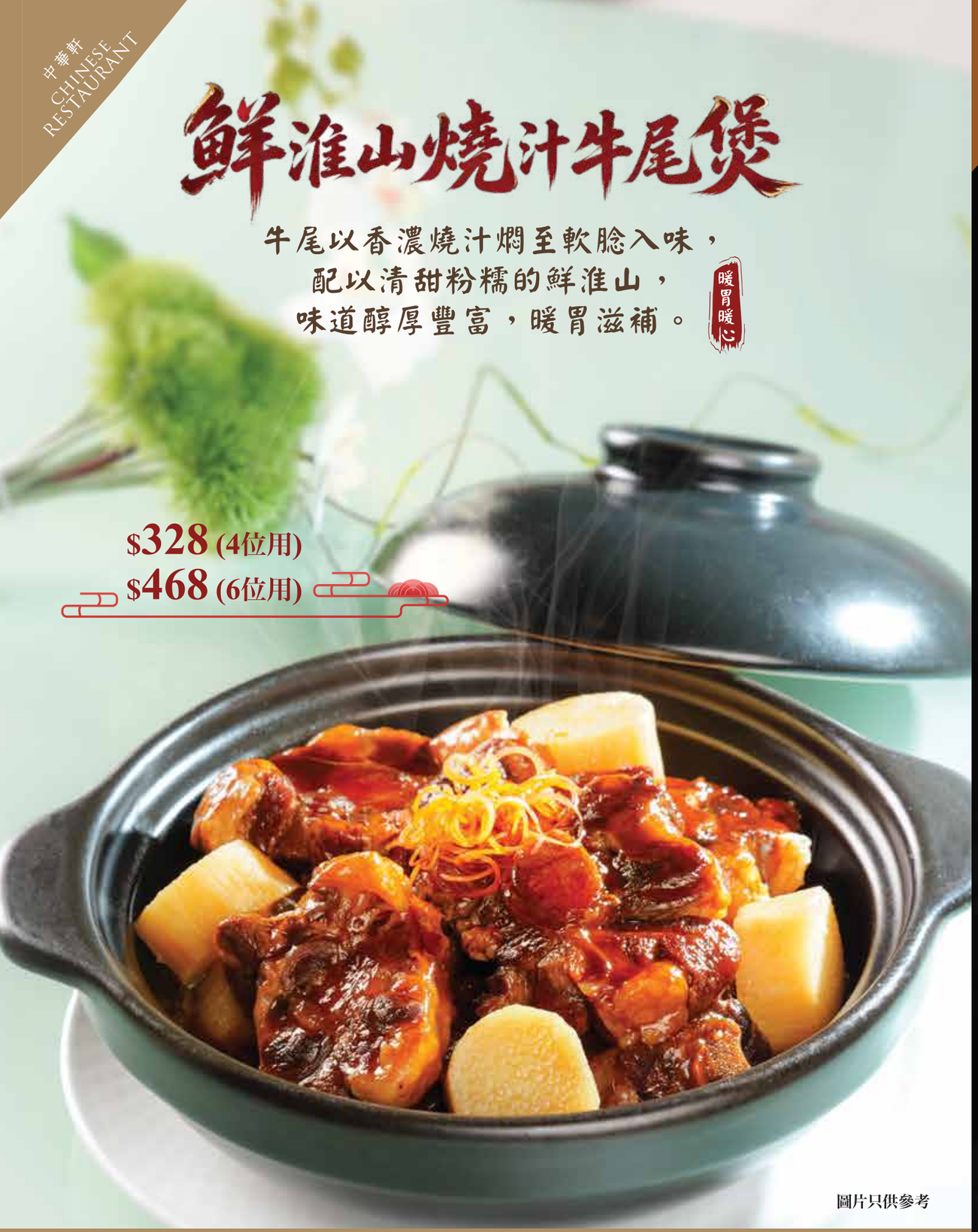
中華軒 CHINESE RESTAURANT

鮮淮山燒汁牛尾煲

牛尾以香濃燒汁燜至軟腍入味，
配以清甜粉糯的鮮淮山，
味道醇厚豐富，暖胃滋補。

暖胃暖心

$328 (4位用)
$468 (6位用)



圖片只供參考

中華軒電話：2102 9821

咖啡廊 THE PATIO CAFE

滋味漢堡系列
Gourmet Burger Collection

川椒麻辣炸雞堡 $88
Sichuan Mala Crispy Chicken Burger

他他吉列龍脷魚柳漢堡 $88
Crispy Sole Fillet Burger with Tartar Sauce

經典芝士和牛漢堡 $98
Classic Wagyu Cheeseburger

煙燻辣椒墨西哥菠蘿和牛漢堡 $108
Smoky Chipotle Pineapple Wagyu Burger

經典雙層和牛芝士孖堡 $128
Classic Double Wagyu Cheeseburger

另加配料 *Additional Toppings :*

煎蛋 / 焦糖洋蔥 / 菠蘿片 / 煙肉 / 美國車打芝士片 +$10
Fried Egg / Caramelized Onions / Pineapple Slice / Bacon / American Sliced Cheddar Cheese

和牛漢堡扒 +$30
Wagyu Beef Patty

配菜 Side Dishes:

所有漢堡均配薯條
All burgers are served with French Fries

或轉配
or upgrade to :

蕃薯條 Sweet Potato Fries +$10
炸薯格 Waffle Fries +$10
水耕沙律菜 Green Salad +$15

供應時間 Serving Hours 11:30-22.30

咖啡廊電話 The Patio Café Tel : 2102 9820
圖片只供參考 Photo for reference only

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