



中國香港學界體育聯會元朗區小學分會
2025-2026年度元朗區小學校際游泳比賽

第一天 比賽時間表

日期：2026年5月6日(三)

時間：0830-1630

地點：天秀路游泳池

組別 時間	男子組			女子組		
	甲組	乙組	丙組	甲組	乙組	丙組
08:30	0830-0840 第 1 組 學校 男子組 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
08:45	0845-0855 第 2 組 學校 男子組 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
09:15	1. 100米自(決) 34人-5組	2. 100米自(決) 31人-4組	-	上午 - 男子組 賽事		
09:50	3. 100米蛙(決) 27人-4組	4. 100米蛙(決) 24人-3組	-			
	頒發個人獎項					
10:15	5. 50米蝶(初) 21人-3組	6. 50米蝶(初) 19人-3組	-			
10:30	7. 50米背(初) 24人-3組	8. 50米背(初) 27人-4組	9. 50米背(初) 49人-7組			
11:10	10. 50米蛙(初) 50人-7組	11. 50米蛙(初) 44人-6組	12. 50米蛙(初) 67人-9組			
11:50	13. 50米自(初) 64人-8組	14. 50米自(初) 55人-8組	15. 50米自(初) 74人-10組			
12:30	午 膳					
13:30	1330-1340 第1組學校 女子組 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
13:45	1345-1355 第2組學校 女子組 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
14:00	下午 - 女子組 賽事			16. 100米自(決) 21人-3組	17. 100米自(決) 31人-4組	-
14:30				18. 100米蛙(決) 17人-3組	19. 100米蛙(決) 17人-3組	-
				頒發個人獎項		
14:50				20. 50米蝶(初) 16人-2組	21. 50米蝶(初) 15人-2組	-
15:00				22. 50米背(初) 17人-3組	23. 50米背(初) 22人-3組	24. 50米背(初) 43人-6組
15:30				25. 50米蛙(初) 38人-5組	26. 50米蛙(初) 32人-4組	27. 50米蛙(初) 57人-8組
16:00				28. 50米自(初) 54人-7組	29. 50米自(初) 57人-8組	30. 50米自(初) 65人-9組
16:35	賽事完結					

- 註 (一) 各項賽事以電子計時為正式時間。如未有提供電子計時，則以手計時的時間為該場比賽的正式時間。
(二) 只有電子計時的時間才會被承認為平 / 破紀錄時間，手計時的時間是不能取代電子時間的紀錄。
(三) 部份賽程可能會因應實際情況而作更改，請留意大會宣佈，適當安排運動員參賽。



中國香港學界體育聯會元朗區小學分會
2025-2026年度元朗區小學校際游泳比賽

第二天 比賽時間表

日期：2026年5月7日(四)

時間：0830-1300

地點：天秀路游泳池

組別 時間	男子組			女子組		
	甲組	乙組	丙組	甲組	乙組	丙組
08:30	0830-0840 第一組學校 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
08:45	0845-0855 第二組學校 熱身 (只限單方向起跳及熱身)					
09:15	1. 50米自(決)	3. 50米自(決)	5. 50米自(決)	2. 50米自(決)	4. 50米自(決)	6. 50米自(決)
09:25	7. 50米蛙(決)	9. 50米蛙(決)	11. 50米蛙(決)	8. 50米蛙(決)	10. 50米蛙(決)	12. 50米蛙(決)
09:35	13. 50米背(決)	15. 50米背(決)	17. 50米背(決)	14. 50米背(決)	16. 50米背(決)	18. 50米背(決)
09:45	19. 50米蝶(決)	21. 50米蝶(決)	-	20. 50米蝶(決)	22. 50米蝶(決)	-
10:00	頒發個人獎項					
10:30	24. 4 x 50米 四式接力(決) 8隊-1組	-	-	23. 4 x 50米 四式接力(決) 6隊-1組	-	-
10:45	30. 4 x 50米 自由泳接力(決) 16隊-2組	26. 4 x 50米 自由泳接力(決) 17隊-3組	28. 4 x 50米 自由泳接力(決) 27隊-4組	29. 4 x 50米 自由泳接力(決) 12隊-2組	25. 4 x 50米 自由泳接力(決) 17隊-3組	27. 4 x 50米 自由泳接力(決) 22隊-3組
12:00	賽事完畢 並 舉行頒獎禮					

註 (一) 各項賽事以電子計時為正式時間。如未有提供電子計時，則以手計時的時間為該場比賽的正式時間。

(二) 只有電子計時的時間才會被承認為平 / 破紀錄時間，手計時的時間是不能取代電子時間的紀錄。

(三) 部份賽程可能會因應實際情況而作更改，請留意大會宣佈，適當安排運動員參賽。