

中國香港學界體育聯會元朗區中學分會
2026 - 2027年度校際游泳比賽
比賽時間表

8/10/2026 (四)

地點：天秀路游泳池

時間	項目	初/決賽	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
0815	裁 判 及 領 隊 報 到							
0830	運 動 員 熱 身							
0900	100自由泳	決賽	1.	3.	5.	2.	4.	6.
0945	100蛙泳	決賽	7.	9.	11.	8.	10.	12.
1045	100背泳	決賽	13.	15.	17.	14.	16.	18.
1110	4x50自由泳接力	決賽	19.	21.	23.	20.	22.	24.
1215	午 膳							
1330	運 動 員 熱 身							
1400	50自由泳	初賽	25.	27.	29.	26.	28.	30.
1445	50蛙泳	初賽	31.	33.	35.	32.	34.	36.
1530	50背泳	初賽	37.	39.	41.	38.	40.	42.
1600	50蝶泳	初賽	43.	45.	47.	44.	46.	48.
1630	第 一 天 比 賽 完 畢							

9/10/2026 (五)

地點：天秀路游泳池

時間	項目	決賽	男甲	男乙	男丙	女甲	女乙	女丙
0815	裁 判 及 領 隊 報 到							
0830	運 動 員 熱 身							
0900	200自由泳	決賽	49.	51.	53.	50.	52.	54.
0945	50自由泳	決賽	55.	57.	59.	56.	58.	60.
1005	50蛙泳	決賽	61.	63.	65.	62.	64.	66.
1025	50背泳	決賽	67.	69.	71.	68.	70.	72.
1045	50蝶泳	決賽	73.	75.	77.	74.	76.	78.
1100	200個人四式	決賽	79.	81.	83.	80.	82.	84.
1130	200蛙泳	決賽	85.	87.	89.	86.	88.	90.
1215	4x50四式接力	決賽	91.	93.	95.	92.	94.	96.
1315	頒 獎 典 禮							

- 註：
1. 若決賽多於一組者，將以時間定名次。
 2. 各項比賽時間僅供參考，運動員應提前三十分鐘到場準備出賽。
 3. 賽程表方格內數字代表比賽次序，()內數字代表參賽人數。
 4. 泳員不可進入主池以外範圍，如需使用副池或其他設施，請經公眾入口再次進入泳池。
 5. 有關雷暴警告下的泳池開放安排，請參閱康文署指引。
(https://www.lcsd.gov.hk/tc/beach/arrangements_under_thunderstorm_warning.html)

The Schools Sports Federation of Hong Kong, China
Yuen Long Secondary Schools Area Committee
Inter-School Swimming Competition, 2026 - 2027
Time Table

8/10/2026 (Thursday)

Venue : Tin Sau Road Swimming Pool

Time	Event	H/F	Boys A	Boys B	Boys C	Girls A	Girls B	Girl C
0815	Report Time for Judges and Team Managers							
0830	Warm Up Session							
0900	100m Freestyle	Final	1.	3.	5.	2.	4.	6.
0945	100m Breast Stroke	Final	7.	9.	11.	8.	10.	12.
1045	100m Back Stroke	Final	13.	15.	17.	14.	16.	18.
1110	4x50m Freestyle Relay	Final	19.	21.	23.	20.	22.	24.
1215	Lunch							
1330	Warm Up Session							
1400	50m Freestyle	Heat	25.	27.	29.	26.	28.	30.
1445	50m Breast Stroke	Heat	31.	33.	35.	32.	34.	36.
1530	50m Back Stroke	Heat	37.	39.	41.	38.	40.	42.
1600	50m Butterfly	Heat	43.	45.	47.	44.	46.	48.
1630	End of Day 1							

9/10/2026 (Friday)

Venue : Tin Sau Road Swimming Pool

Time	Event	H/F	Boys A	Boys B	Boys C	Girls A	Girls B	Girl C
0815	Report Time for Judges and Team Managers							
0830	Warm Up Session							
0900	200m Freestyle	Final	49.	51.	53.	50.	52.	54.
0945	50m Freestyle	Final	55.	57.	59.	56.	58.	60.
1005	50m Breast Stroke	Final	61.	63.	65.	62.	64.	66.
1025	50m Back Stroke	Final	67.	69.	71.	68.	70.	72.
1045	50m Butterfly	Final	73.	75.	77.	74.	76.	78.
1100	200m Individual Medley	Final	79.	81.	83.	80.	82.	84.
1130	200m Breast Stroke	Final	85.	87.	89.	86.	88.	90.
1215	4x50m Medley Relay	Final	91.	93.	95.	92.	94.	96.
1315	Prize Presentation Ceremony							

Remarks:

- Events with more than one heat will be swum as timed final.
- The event time is shown for reference only, HKSSF may adjust the time wherever necessary.
Swimmers are requested to be present 30 minutes prior to the scheduled competition time, and must report to the Marshalling Area when their events are called.
- The numbers showed inside the box and () represent the event sequence and no. of participants respectively.
- Swimmers are not allowed to enter the pool areas outside of the main pool. If you wish to enter the training pool or other facilities, swimmers are required to enter the pool through the public entrance
- For opening arrangements for public swimming pool under Thunderstorm warning, please refer to LCSD's website. (https://www.lcsd.gov.hk/en/beach/arrangements_under_thunderstorm_warning.html#)