

2025-2026 年度 校隊、學藝班及課後興趣班上課時間表

Monday						
指定星期一		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	木笛班 基礎訓練班	P.1-P.6	3:15p.m.4:15p.m.	1H,1R,1G 課室	11 月#10, #17, 24 日 12 月 1 日 1 月 12, 19, 26 日 2 月 2, 9 日 3 月 #2, #9, 16 日 4 月 13, 20, 27 日 5 月 4, 11, 18 日 6 月 15, 22, 29 日 # P.6 學生不用上課	A 出口
2	木笛班 進階訓練班	P.1-P.6	3:15p.m.4:15p.m.			
3	奧數班 A	P.3-P.4	3:15p.m.-4:15p.m.	5H 課室	10 月 13 日 11 月 24 日 12 月 1 日 1 月 12,19,26 日 2 月 2,9 日 3 月 16 日 4 月 13,20,27 日 5 月 4,11,18 日	D 出口
4	奧數班 B	P.5-P.6	3:15p.m.-4:15p.m.	5R 課室		
5	田徑校隊	P.4-P.5	2:40p.m.-4:40p.m.	銅鑼灣運動 場或(雨天)本 校或就近場 地	10 月 6,13,20 日 11 月 17 日 12 月 1 日 1 月 12 日 2 月 23 日 4 月 20,27 日 5 月 4,11,18 日	訓練場地正門
6	花式跳繩 校隊	P.4-P.6	3:30p.m.-5:00p.m	學校禮堂	9 月 29 日 10 月 6、,3,20 日 11 月 10,24 日 12 月 1 日 1 月 12,19,26 日 2 月 2,9 日 3 月 2,16,23 日 4 月 13,20,27 日 5 月 4,11,18 日 6 月 1,15,22,29 日	D 出口
7	中文話劇班	P.3-P.6	3:15p.m.-4:45p.m.	學校 C 座 三樓音樂室	10 月 6,13 日 11 月 24 日 12 月 1 日 1 月 12,26 日 2 月 2,9 日 3 月 16 日 4 月 13,20,27 日 5 月 4,11,18 日 6 月 15,22 日 7 月 6,8 日	A 出口
8	粵劇小精英	P.1-P.6	3:15p.m.-4:45p.m.	何東中學 舞蹈室	11 月 10,17,24 日 12 月 1 日 1 月 12,19,26 日 2 月 2,9 日 3 月 2,9,16 日 4 月 13,20,27 日 5 月 4,11 日	C 出口
9	中國舞校隊	P.1-P.6	3:30p.m.-5:00p.m.	學校禮堂/操 場/何東中學 舞蹈室	10 月 13 日 12 月 1 日 3 月 16 日	D 出口

Tuesday						
指定星期二		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	英語話劇班	P.3-P.5	3:15p.m.-4:45p.m.	B 座音樂室	10 月 14,28 日 11 月 4,11,25 日 12 月 2 日 1 月 13,20,27 日 2 月 10 日 3 月 17 日 4 月 21 日 5 月 5,19,26 日 6 月 23,30 日 7 月 8 日	A 出口
2	游泳校隊	P.3-P.6	4:00p.m.-6:00p.m.	維多利亞 公園游泳池	9 月 30 日 10 月 14,21 日 11 月 4,11,18,25 日 12 月 2 日	游泳池門口
3	水墨畫班	P.4-P.6	3:30p.m.-4:30p.m.	視藝室	10 月 14 日 11 月 25 日 12 月 2 日 1 月 6,13,20,27 日 2 月 3,10 日 3 月 17 日 4 月 14,21,28 日 5 月 5,12,19 日 6 月 16,23 日	D 出口

Wednesday						
指定星期三		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	羽毛球校隊	P.4-P.6	4:00p.m.-6:00p.m.	伊利沙伯 體育館	10 月 8 日 11 月 5,19,26 日 12 月 3,17 日	體育館門口
2	英語話劇班	P.3-P.5	待定	B 座音樂室	7 月 8 日	A 出口
3	田徑校隊	P.4,P.6	2:40p.m.-4:40p.m.	銅鑼灣運動 場或(雨天) 本校或就近 場地	10 月 8,15,22 日 11 月 5,19,26 日 12 月 3,10,17 日 1 月 7,14 日 2 月 25 日 3 月 25 日 4 月 22,29 日	訓練場地正門

Thursday						
指定星期四		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	小提琴基礎班	P.1-P.6	3:25p.m.-4:30p.m.	2R 課室	10 月 2,9,30 日	A 出口
2	大提琴基礎班			1G 課室	11 月#6,#13,20,27 日	
3	長笛基礎班			4H 課室	12 月*4,18 日	
4	單簧管基礎班			1P 課室	1 月 *8,15,22,29 日	
5	銅管基礎班 A			1R 課室	# P.6 學生不用上課 * P.1-5 學生不用上課	
6	銅管基礎班 B (Tb)			1H 課室		
7	敲擊基礎班			5H 課室		
8	管弦樂團訓練 A			禮堂		
9	小提琴進階班 A			2G 課室		
10	小提琴進階班 B		2H 課室			
11	小提琴進階班 C		2P 課室			
12	敲擊進階班		音樂室			
13	長笛進階班		4R 課室			
14	大提琴深造及深造預備班		1G 課室			
15	單簧管深造及深造預備班		1P 課室			
16	銅管深造及深造預備班		1H 課室			
17	單簧管深造班		1S 課室			
18	銅管深造預備班		1R 課室			
19	小提琴深造班 A		2H 課室			
20	小提琴深造班 B		2P 課室			
21	小提琴深造班 C		2G 課室			
22	長笛深造班 B		4R 課室			
23	長笛深造班 A		4H 課室			
24	敲擊深造班 A		5H 課室			
25	敲擊深造班 B		2G 課室			
26	管弦樂團訓練 B		禮堂			
27	游泳校隊	P.3-P.6	4:00p.m.-6:00p.m.		維多利亞公園游泳池	10 月 2,9,16 日 11 月 6 日 12 月 4,18 日
28	中國舞校隊	P.1-P.6	3:30p.m.-5:00p.m.	學校禮堂/ 操場/何東中學舞蹈室	11 月 6 日 12 月 4 日 1 月 22 日 2 月 12 日 6 月 18 日	D 出口

Friday						
指定星期五		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	小小工程師	P.3-P.4	3:15p.m.-4:15p.m.	4G,4P 課室	11 月 7,14,21,28 日 1 月 9,16 日 2 月 6,27 日 3 月 6,13 日 4 月 17,24 日 5 月 8,22,29 日	D 出口
2	乒乓球校隊	P.3-P.6	4:00p.m.-5:30p.m.	乒乓世界	10 月 3,10,17,31 日 11 月 21,28 日 12 月 19 日 1 月 16,23,30 日 2 月 6,27 日 3 月 13,20 日 4 月 17,24 日 5 月 8,22 日 6 月 12 日	乒乓世界
3	中國舞校隊	P.1-P.6	3:30p.m.-5:00p.m.	學校禮堂/ 操場/何東 中學舞蹈室	10 月 3,10,17,31 日 11 月 21,28 日 1 月 9,16 日 2 月 6 日 3 月 13,20 日 4 月 17,24 日 5 月 8,22 日 6 月 12,26 日	D 出口
4	STEAM 校隊	P.4-P.6	3:20p.m.-4:20p.m.	電腦室/ 6G 課室	11 月 21,28 日 12 月 5 日 1 月 9,16 日 2 月 27 日 3 月 13 日 4 月 17,24 日 5 月 22,29 日	D 出口
5	舞龍隊	P.3-P.6	3:30p.m.-5:00p.m.	學校禮堂	10 月 3,10,17,31 日 11 月 21,28 日 1 月 9,16 日 2 月 6 日 3 月 13,20 日 4 月 17,24 日 5 月 8,22 日 6 月 12,26 日	D 出口

Saturday						
指定星期六		對象	時間	地點	上課日期	放學地點
1	e 樂團訓練 (導師指導課)	P.3-P.6	9:45a.m.-11:15a.m.	禮堂	10 月 11 日 11 月 1,22 日 1 月 10,17,24,31 日 2 月 7 日 3 月 7,14 日 4 月 18,25 日 5 月 2,16,23 日 6 月 13, 20,27 日 7 月 4 日	D 出口