

2025-2026 年度全港中學校際拯溺比賽
All Hong Kong Inter-Secondary Schools Life Saving Competition 2025-2026
九龍公園游泳池 Kowloon Park Swimming Pool 21 / 11 / 2025 (Day 1)

[比賽時間表 Time Table] (暫定 Tentative)

08:00 am	開始進場	Entry open
08:05 am	裁判及工作人員報到	Officials report duty
08:30 am	男子組熱身	Warm up for Boys Competitors
08:40 am	女子組熱身	Warm up for Girls Competitors
08:50 am	開始召集	Calling for the first event

時間 Time	比賽項目 Event	組別 Grade
9:00 am	100 米混合拯救賽 100m Rescue Medley	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
10:15 am	100 米穿蛙鞋運送假人賽 100m Manikin Carry with Fins	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
11:15 am	50 米運送假人賽 50m Manikin Carry	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
12:15 pm	100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 100m Manikin Tow with Fins	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
2:05 – 2:15pm 男子組熱身 Warm up for Boys Competitors 2:15 – 2:25pm 女子組熱身 Warm up for Girls Competitors		
2:30 pm	200 米超級施救員賽 200m Super Lifesaver	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
3:30 pm	4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
4:30 pm	4x50 米混合接力賽 4x50m Medley Relay	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior

備註: 確實比賽時間表將於 2025 年 11 月 14 日(星期五)上載, 請參賽學校自行於本會網頁查閱, 本會不再另函通知。
 Remark: Confirmed Time Table will be uploaded on HKSSF's website on 14th November 2025 (Fri).
 No further notifications by fax will be made to schools.

2025-2026 年度全港中學校際拯溺比賽
All Hong Kong Inter-Secondary Schools Life Saving Competition 2025-2026
九龍公園游泳池 Kowloon Park Swimming Pool 1 / 12 / 2025 (Day 2)

[比賽時間表 Time Table] (暫定 Tentative)

08:00 am	開始進場	Entry open
08:05 am	裁判及工作人員報到	Officials report duty
08:30 am	男子組熱身	Warm up for Boys Competitors
08:40 am	女子組熱身	Warm up for Girls Competitors
08:50 am	開始召集	Calling for the first event

時間 Time	比賽項目 Event	組別 Grade
9:00 am	200 米游泳障礙賽 200m Obstacle Swim	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
10:30 am	拋繩賽 Line Throw	男初級 Boys Junior
		女初級 Girls Junior
		男高級 Boys Senior
		女高級 Girls Senior
	🏆頒獎典禮 Prize Presentation Ceremony🏆	

備註: 確實比賽時間表將於 2025 年 11 月 14 日(星期五)上載, 請參賽學校自行於本會網頁查閱, 本會不再另函通知。
 Remark: Confirmed Time Table will be uploaded on HKSSF's website on 14th November 2025 (Fri).
 No further notifications by fax will be made to schools.