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

9:00 am 100 米混合拯救賽 女初級 Girls Junior	時間	比賽項目	組別
9:00 am 100 米混合拯救賽 100m Rescue Medley 女初級 Girls Junior 安高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女初級 Girls Junior 女高級 Girls Junior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Junior 11:15 am 50 米運送假人賽 50m Manikin Carry 女初級 Girls Junior 安高級 Girls Junior 女高級 Girls Junior 12:15 pm 100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 100m Manikin Torw with Fins 女初級 Girls Junior 安高級 Girls 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 安高級 Girls Junior 安高級 Girls Senior 安高級 Girls Senior 安高級 Girls Senior 3:30 pm 4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay 女初級 Girls Junior 安高級 Girls Senior 安高級 Girls Senior 4x30 pm 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior 安高級 Girls Senior 4x30 pm 4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior 安高級 Girls Senior 4x30 pm 4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior	Time	Event	Grade
100m Rescue Medley 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 安高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Junior 男司級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男司級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男司級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 男司級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男司級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男司級 Boys Junior 女初級 Girls Junior 男司級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男司級 Boys Junior 女司級 Girls Junior 女司級 Girls Junior 女司級 Girls Junior 女司級 Girls Junior 男司級 Boys Senior 女司級 Girls Senior 男司級 Boys Senior 女司級 Girls Senior 男司級 Boys Junior 女司級 Girls Junior 女司級 Girls Senior 男司級 Boys Junior 女司級 Girls Junior		11.25 A 15 N 5	
10:15 am 100m Rescue Medley 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男羽級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 与高級 Girls Junior 女高級 Girls Junior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Junior 女名 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女司級 Girls Senior 女司 Girls	9:00 am		
10:15 am		100m Rescue Medley	
10:15 am 100 米穿蛙鞋運送假人賽 100m Manikin Carry with Fins 2:15 am 11:15 am 50 米運送假人賽 50 米運送假人賽 50m Manikin Carry 9高級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 第四級 Girls Junior 第四級 Girls Junior 第四級 Boys Junior 李高級 Girls Senior 第四級 Girls Junior 第回級 Boys Senior 李高級 Girls Senior 第回級 Boys Senior 李高級 Girls Junior 第回級 Boys Junior 李高級 Girls Junior 第回級 Boys Senior 李高級 Girls Junior 第回級 Boys Senior 李高級 Girls Senior 第回級 Boys Senior 李高級 Girls Senior 第回級 Boys Junior			
10:15 am 100m Manikin Carry with Fins			
100m Manikin Carry with Fins	10·15 am	100 米穿蛙鞋運送假人賽	
Bin Boys Junior	10.15 am	100m Manikin Carry with Fins	男高級 Boys Senior
11:15 am			女高級 Girls Senior
11:15 am 50m Manikin Carry 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Competitors 2:15 - 2:25pm 女子組熱身 Warm up for Girls Competitors 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 女高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Junior 男初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior サスカ級 Girls Senior 女高級 Girls Junior 女高級 Girls Junior 女名級 Girls Junior 女名級 Girls Junior			男初級 Boys Junior
12:15 pm 100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 100m Manikin Tow with Fins 100m Manikin Tow with Fins 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 2:15 - 2:25pm 女子組熱身 Warm up for Girls Competitors 2:30 pm 2:30 pm 2:30 pm 4x25 米遅送假人接力賽 4x25m Manikin Relay 4x50 米混合接力賽	44.45	50 米運送假人賽	女初級 Girls Junior
100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 女初級 Girls Junior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Junior 母初級 Girls Junior 母初級 Girls Junior 母高級 Girls Senior 母高級 Girls Junior 母本25 米運送假人接力賽 女初級 Girls Junior 母本25m Manikin Relay 男高級 Boys Senior 母高級 Girls Junior 母高級 Girls Junior 母初級 Girls Junior	11:15 am	50m Manikin Carry	男高級 Boys Senior
12:15 pm100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 100m Manikin Tow with Fins女初級 Girls Junior 			女高級 Girls Senior
12:15 pm100 米穿蛙鞋拖帶假人賽 100m Manikin Tow with Fins女初級 Girls Junior 			男初級 Boys Junior
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 4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay 4x50 米混合接力賽 4x30 pm	42.45	100 米穿蛙鞋拖帶假人賽	
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 ### Pink Boys Junior ### 200 米超級施救員賽	12:15 pm	100m Manikin Tow with Fins	男高級 Boys Senior
2:30 pm			女高級 Girls Senior
Pin	2		Boys Competitors
2:30 pm200 米超級施救員賽 200m Super Lifesaver女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 女初級 Girls Junior 女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 安初級 Girls Senior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 安初級 Girls Junior4:30 pm4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior	2	2:15 - 2:25pm 女子組熱身 Warm up foi	r Girls Competitors
2:30 pm200m Super Lifesaver男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior3:30 pm4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior4:30 pm4x50 米混合接力賽女初級 Girls Junior			男初級 Boys Junior
3:30 pm 4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽 4x50 米混合接力賽	2.20	200 米超級施救員賽	女初級 Girls Junior
女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 安高級 Girls Junior 安初級 Girls Junior 安高級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 安高級 Girls Senior 安高級 Girls Senior 安高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 男初級 Boys Junior 安初級 Girls Junior	2:30 pm	200m Super Lifesaver	男高級 Boys Senior
4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior数			女高級 Girls Senior
4x25 米運送假人接力賽 4x25m Manikin Relay女初級 Girls Junior 男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior数			男初級 Boys Junior
3:30 pm4x25m Manikin Relay男高級 Boys Senior 女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior4x50 米混合接力賽女初級 Girls Junior	3:30 pm	4x25 米運送假人接力賽	
女高級 Girls Senior 男初級 Boys Junior 4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior		4x25m Manikin Relay	男高級 Boys Senior
4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior		·	
4x50 米混合接力賽 女初級 Girls Junior	4:30 pm		男初級 Boys Junior
7030 nm		4x50 米混合接力賽	
TABOTH MICAICY NOIGY JULIANA DOVO DETIIOI		4x50m Medley Relay	男高級 Boys Senior
女高級 Girls Senior		,	

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

備註: Remark: 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。 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.