主辦 中國香港乒乓總會 Hong Kong, China Table Tennis Association 恒生乒乓球學院 Hang Seng Table Tennis Academy 全力支持 恒生銀行 HANG SENG BANK

恒生育苗精英乒乓球培訓計劃

是由中國香港乒乓總會(下稱「乒總」)於 2026 年推出的新訓練計劃，目的是將青訓計劃再年輕化，提早培育未來的小球員。計劃對象是重點培訓 **9 歲或以下**的球員，讓小球員全情投入訓練以鞏固基礎提升技術，小球員將更早接受全方位及有系統的訓練。以達至擴充青訓梯隊建設，加快中國香港乒乓球代表隊輸送明日之星為目標。

教練團隊

為確保培訓達致專業及高水平標準，本計劃特邀**前中國香港乒乓球代表隊總教練陳江華先生**出任技術監督，並由**前中國香港乒乓球代表隊隊員、2025 全港公開乒乓球排名錦標賽男子甲組冠軍吳柏男先生**出任主教練及兩位助理教練教授。三位教練將負責教授乒乓球技術、戰術及比賽策略，提供系統化及高水平的精英培訓及指導。

2026 年第二期甄選章程

參加資格：	1. 2017 年 1 月 1 日以後出生之註冊球員 2. 2026 年第 3 期乒總電腦積分及排名榜-男女子 U9 組前 12 名	
甄選形式：	由本學院委派考官進行技術測試，測試內容如下：	
	單球測試 (1 分鐘計時) 1. 左推右攻 2. 全台不定點 3. 搓完正手 / 反手拉 (各 10 球)	多球測試 (共 50 球) 1. 正手三點攻 2. 推側撲 (15 組) 3. 2/3 台兩點下旋拉
甄選安排：	日期：2026 年 6 月 13 日(星期六) 時間：下午 2:00 – 4:00 地點：香港體育學院	
報名日期及辦法：	截止報名日期 ：**2026 年 6 月 9 日(星期二)**，逾期申請恕不接受 報名方式：登入 https://forms.gle/9EVgfrQ34tAx77Ui6 填寫申請表格	
公布日期：	入選名單將於 2026 年 6 月 17 日(星期三)在本學院網頁公布：www.hktta.org.hk/hstta	
訓練名額：	8 – 12 人 (最終名額及入選安排由本學院作最後決定)	
訓練安排：	由 2026 年 7 月至 12 月 (共 76 堂) 逢星期一、三、五 ： 下午 6:00 – 8:00	
	地點：中國香港乒乓總會訓練中心 (沙田多石街 2 號)	
備註：	場地或時間如有變更，以本學院最終公布為準。	
訓練費用：	每月港幣$2,000 (包括：三件球衣及一件外套)	
訓練要求：	球員每月出席率須達 80%或以上，方可參加內部賽	
獎勵/晉升機制：	內部賽事男子及女子各首名球員，可獲推薦參加「恒生少兒精英隊」甄選	

本章程及甄選如有未盡善之處，或因應實際情況而需作調整，本學院保留最終解釋、決定及修改權。

恒生乒乓球學院

2026 年 5 月

恒生乒乓球學院校務處 • Hang Seng Table Tennis Academy Registry
香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓2009室
Room 2009, Olympic House, 1 Stadium Path, Causeway Bay, Hong Kong
電話Tel (852) 2575 5330 • 傳真Fax (852) 2576 7689 • www.hktta.org.hk/hstta

主辦 中國香港乒乓總會 Hong Kong, China Table Tennis Association 恒生乒乓球學院 Hang Seng Table Tennis Academy 全力支持 恒生銀行 HANG SENG BANK

恒生育苗精英乒乓球培訓計劃

2026 年第二期 訓練時間表

***** 請保留此時間表，以便參考上課日期 *****

地點 ： 中國香港乒乓總會訓練中心 (沙田多石街 2 號)

時間 ： 下午 6:00 – 8:00

月份	星期一	星期三	星期五	加操及觀賞賽事
7 月	6, 13, 20, 27	15, 22, 29	3, 10, 17, 24, 31	觀賞「WTT 青少年乒乓球常規挑戰賽-香港站 2026」賽事：7 月 8 日(星期三)
8 月	3, 10, 17, 24, 31	5, 12, 19, 26	7, 14, 21, 28	
9 月	7, 14, 21, 28	2, 9, 16, 23, 30	4, 11, 18, 25	
10 月	5, 12, 26	7, 14, 21, 28	2, 9, 16, 23, 30	
11 月	2, 9, 16, 23, 30	4, 11, 18, 25	6, 13, 20, 27	
12 月	7, 14, 21, 28	2, 9, 16, 23, 30	4, 11, 18	

備註：訓練場地或時間如有變更，以本學院最終公布為準。

恒生乒乓球學院校務處 • Hang Seng Table Tennis Academy Registry
香港銅鑼灣大球場徑一號奧運大樓2009室
Room 2009, Olympic House, 1 Stadium Path, Causeway Bay, Hong Kong
電話Tel (852) 2575 5330 • 傳真Fax (852) 2576 7689 • www.hktta.org.hk/hstta