

**Sports Skill Training
2023/24 Semester One**

Activity	Course Code	Day	Time	Date									Venue
Archery	ARCY-01	Tuesday	1430 – 1530	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Fong Shu Chuen Hall
	ARCY-02	Tuesday	1530 – 1630	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	ARCY-03	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	ARCY-04	Wednesday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	ARCY-05	Wednesday	1430 – 1530	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	ARCY-06	Wednesday	1530 – 1630	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	ARCY-07	Friday	1030 – 1130	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
	ARCY-08	Friday	1130 – 1230	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
Badminton	BMTN-01	Tuesday	1430 – 1530	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Main Hall, Block X Sports Centre
	BMTN-02	Tuesday	1530 – 1630	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	BMTN-03	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	BMTN-04	Wednesday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	BMTN-05	Wednesday	1430 – 1530	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	BMTN-06	Wednesday	1530 – 1630	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	BMTN-07	Friday	1030 – 1130	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
	BMTN-08	Friday	1130 – 1230	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
Dodgeball	DODG-01	Friday	1030 – 1130	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	Main Hall, Kwong On Jubilee Sports Centre
	DODG-02	Friday	1130 – 1230	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
Exergame	EXGM-01	Tuesday	1430 – 1530	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Practice Hall, Shaw Sports Complex
	EXGM-02	Tuesday	1530 – 1630	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	EXGM-03	Thursday	1430 – 1530	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	EXGM-04	Thursday	1530 – 1630	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
Fencing	FENC-01	Tuesday	1030 – 1130	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Fong Shu Chuen Hall
	FENC-02	Tuesday	1130 – 1230	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	FENC-03	Thursday	1030 – 1130	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	FENC-04	Thursday	1130 – 1230	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
Futsal	FUTS-01	Thursday	1030 – 1130	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	Main Hall, Block X Sports Centre
	FUTS-02	Thursday	1130 – 1230	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
Hip Hop	HHDN-02	Wednesday	1530 – 1630	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	S121, Kwong On Jubilee Sports Centre
	HHDN-03	Friday	1130 – 1230	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
Indoor Mini Tennis	ITNS-01	Tuesday	1030 – 1130	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Main Hall, Kwong On Jubilee Sports Centre
	ITNS-02	Tuesday	1130 – 1230	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	ITNS-03	Thursday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	ITNS-04	Thursday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
Jazz	JAZZ-01	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	S121, Kwong On Jubilee Sports Centre
	JAZZ-02	Wednesday	1430 – 1530	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	JAZZ-03	Friday	1030 – 1130	22-Sep	29-Sep	6-Oct	13-Oct	20-Oct	27-Oct	3-Nov	10-Nov	17-Nov	
Indoor Mini Lacrosse	LCRO-01	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	Main Hall, Kwong On Jubilee Sports Centre
	LCRO-02	Wednesday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	LCRO-03	Wednesday	1430 – 1530	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	LCRO-04	Wednesday	1530 – 1630	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
Squash	SQUS-01	Tuesday	1030 – 1130	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Squash Court, Kwong On Jubilee Sports Centre
	SQUS-02	Tuesday	1130 – 1230	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	SQUS-03	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	SQUS-04	Wednesday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
Table Tennis	TBTN-01	Wednesday	1030 – 1130	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	Table Tennis Room, Shaw Sports Complex
	TBTN-02	Wednesday	1130 – 1230	20-Sep	27-Sep	4-Oct	11-Oct	18-Oct	25-Oct	1-Nov	8-Nov	15-Nov	
	TBTN-03	Thursday	1430 – 1530	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	TBTN-04	Thursday	1530 – 1630	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	

Activity	Course Code	Day	Time	Date									Venue
Ving Tsun	VGTN-01	Tuesday	1030 – 1130	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	Practice Hall, Shaw Sports Complex
	VGTN-02	Tuesday	1130 – 1230	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	VGTN-03	Thursday	1030 – 1130	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	VGTN-04	Thursday	1130 – 1230	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
Yoga	YOGA-01	Tuesday	1030 – 1130	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	S121, Kwong On Jubilee Sports Centre
	YOGA-02	Tuesday	1130 – 1230	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	YOGA-03	Tuesday	1430 – 1530	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	YOGA-04	Tuesday	1530 – 1630	19-Sep	26-Sep	3-Oct	10-Oct	17-Oct	24-Oct	31-Oct	7-Nov	14-Nov	
	YOGA-05	Thursday	1030 – 1130	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	YOGA-06	Thursday	1130 – 1230	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	YOGA-07	Thursday	1430 – 1530	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	
	YOGA-08	Thursday	1530 – 1630	21-Sep	28-Sep	5-Oct	12-Oct	19-Oct	26-Oct	2-Nov	9-Nov	16-Nov	

Remarks:

- 1) Attendance will be taken within the first five minutes of class starts.
- 2) Students should put on proper sportswear and sports shoes in class at all times.
- 3) Four-year degree students are required to complete Sports Skill Training with 100% attendance to fulfill General University Requirements.