

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

中龍公開賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|-----------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| SK 天龍鮑魚盃 | | | | | | | | |
| SK 1 | | C | | A | | B | | |
| SK 2 | | D | | | | A | | B |
| SK 3 | A | | C | | D | | | |
| SK 4 | B | | | | B | | C | |
| SK 5 | | A | | C | | | A | |
| SK 6 | D | | | | A | D | | |
| SK 7 | C | | | B | | | B | |
| SK 8 | | B | B | | | | | C |
| SK 9 | D | | | B | C | | | |

中龍邀請賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|---------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| WCC 建造業議會偉金盃 | | | | | | | | |
| WCC 1 | D | | | | A | D | | |
| WCC 2 | | C | | A | | B | | |
| WCC 3 | | A | | C | | | C | |
| WCC 4 | B | | | | B | | C | |
| WCC 5 | C | | | B | | | B | |
| WCC 6 | | B | B | | | | | C |
| WCC 7 | | | A | | | C | | A |
| WCC 8 | A | | C | | D | | | |
| WCC 9 | | B | B | | | | | C |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

中龍友誼賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|-------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| SHK 新鴻基地產盃 | | | | | | | | |
| SHK 1 | D | | | | A | D | | |
| SHK 2 | B | | | B | | | C | |
| SHK 3 | | | A | | | C | | A |
| SHK 4 | | A | | C | | | A | |
| SHK 5 | A | | C | | D | | | |
| SHK 6 | | | | B | C | B | | |
| SHK 7 | | C | | A | | B | | |
| SHK 8 | | D | | | | A | | B |
| SHK 9 | | D | | | | A | | B |
| SHK 10 | D | | | | A | D | | |
| SHK 11 | B | | | | C | | C | |
| SHK 12 | | | A | | | C | | A |
| SHK 13 | | A | | C | | | A | |
| SHK 14 | A | | C | | D | | | |
| SHK 15 | A | | C | | D | | | |
| SHK 16 | | C | | A | | B | | |
| SHK 17 | | D | | | B | | | B |
| SHK 18 | C | | | B | | | B | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

中龍混合公開賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| JC 香港賽馬會盃 | | | | | | | | |
| JC 1 | C | | | B | | | B | |
| JC 2 | | | B | | C | D | | |
| JC 3 | | | A | | | C | | A |
| JC 4 | | A | | C | | | A | |
| JC 5 | D | | | | A | D | | |
| JC 6 | | B | B | | | | | C |
| JC 7 | C | | C | | C | | | |
| JC 8 | B | | | | B | | C | |
| JC 9 | | | | | C | C | | C |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|--------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| HKR 慶祝香港回歸祖國29周年盃 | | | | | | | | |
| HKR 1 | | D | | | | A | | B |
| HKR 2 | | B | B | | | | | C |
| HKR 3 | | A | | C | | | A | |
| HKR 4 | C | | | B | | | B | |
| HKR 5 | B | | | | B | | C | |
| HKR 6 | | | A | | | C | | A |
| HKR 7 | | D | | | | A | | B |
| HKR 8 | A | | C | | D | | | |
| HKR 9 | | C | | A | | B | | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| VT 偉易達集團盃 | | | | | | | | |
| VT 1 | | B | B | | | | | C |
| VT 2 | | D | | | | A | | B |
| VT 3 | D | | | | A | D | | |
| VT 4 | | C | | A | | B | | |
| VT 5 | | B | | | | | A | B |
| VT 6 | B | | | | B | | C | |
| VT 7 | | | A | | | C | | A |
| VT 8 | | A | | C | | | A | |
| VT 9 | | B | B | | C | | | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

中龍混合邀請賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|--------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| GC 建造業議會魯班盃 - 團體組 | | | | | | | | |
| GC 1 | | D | | | B | | | B |
| GC 2 | | A | | C | | | A | |
| GC 3 | B | | B | | | A | | |
| GC 4 | D | | | | A | D | | |
| GC 5 | C | | | B | | | B | |
| GC 6 | A | | C | | D | | | |
| GC 7 | | B | B | | | | | C |
| GC 8 | | C | | A | | B | | |
| GC 9 | | | A | | | C | | A |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|--------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| EC 建造業議會魯班盃 - 企業組 | | | | | | | | |
| EC 1 | D | | | | A | D | | |
| EC 2 | C | | | B | | | B | |
| EC 3 | | D | | | | A | | B |
| EC 4 | A | | C | | D | | | |
| EC 5 | | | A | | | C | | A |
| EC 6 | B | | | | B | | C | |
| EC 7 | | C | | A | | B | | |
| EC 8 | | A | | C | | | A | |
| EC 9 | C | | | B | | | B | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|----------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| TVB 無綫盃 | | | | | | | | |
| TVB 1 | B | | | | B | | C | |
| TVB 2 | A | | C | | D | | | |
| TVB 3 | | | A | | | C | | A |
| TVB 4 | D | | | | A | D | | |
| TVB 5 | | B | | B | | B | | |
| TVB 6 | C | | | C | C | | | |
| TVB 7 | | | | | C | A | | C |
| TVB 8 | | C | | A | | B | | |
| TVB 9 | | B | B | | | | | C |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

小龍公開賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| CLP 中華電力盃 | | | | | | | | |
| CLP 1 | | C | | A | | | B | |
| CLP 2 | A | | | C | | B | | |
| CLP 3 | B | | | A | | D | | |
| CLP 4 | D | | | | | C | | B |
| CLP 5 | | | C | | A | B | | |
| CLP 6 | C | | A | | | | | B |
| CLP 7 | | A | B | | D | | | |
| CLP 8 | | A | | | B | D | | |
| CLP 9 | A | D | | | | A | | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| DM DR-MAX 教材狀元盃 | | | | | | | | |
| DM 1 | B | | | C | | | A | |
| DM 2 | C | | | B | | | C | |
| DM 3 | D | | | A | | | C | |
| DM 4 | | A | | C | | | A | |
| DM 5 | | B | | A | | C | | |
| DM 6 | | B | | | C | B | | |
| DM 7 | | | C | | C | | | B |
| DM 8 | A | | | | | A | C | |
| DM 9 | | B | | | A | | B | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

小龍邀請賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|--------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| SA 第一太平戴維斯盃 | | | | | | | | |
| SA 1 | B | | C | | | A | | |
| SA 2 | | | C | | A | B | | |
| SA 3 | | A | | A | | | C | |
| SA 4 | | B | B | | | | A | |
| SA 5 | D | | | | | C | | B |
| SA 6 | B | | | C | | | | A |
| SA 7 | | D | | | B | D | | |
| SA 8 | | C | A | | A | | | |
| SA 9 | | B | | | D | | A | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|-----------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| EL 旭日國際盃 | | | | | | | | |
| EL 1 | | | C | | A | B | | |
| EL 2 | A | | | | C | | | C |
| EL 3 | | A | | | B | D | | |
| EL 4 | | | A | | D | | | C |
| EL 5 | | C | | | | A | | B |
| EL 6 | | C | | A | | | B | |
| EL 7 | C | | | | D | | | A |
| EL 8 | A | | | B | | | C | |
| EL 9 | | | | B | | D | | C |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

小龍混合公開賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|-----------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| IK 力勁國際盃 | | | | | | | | |
| IK 1 | | | C | | A | B | | |
| IK 2 | | D | B | | A | | | |
| IK 3 | C | | | B | | | C | |
| IK 4 | | | A | | | D | | B |
| IK 5 | | B | | | | D | A | |
| IK 6 | B | | | C | | | | A |
| IK 7 | | | A | | D | | | C |
| IK 8 | | B | B | | | | A | |
| IK 9 | A | D | | | | A | | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|--------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| STSA 沙田體育會盃 | | | | | | | | |
| STSA 1 | D | | | | | C | | B |
| STSA 2 | C | | | B | | | C | |
| STSA 3 | A | | B | | | | A | |
| STSA 4 | | A | | | B | D | | |
| STSA 5 | | C | | A | | | B | |
| STSA 6 | C | | | C | B | | | |
| STSA 7 | | | A | | D | | | C |
| STSA 8 | A | D | | | | A | | |
| STSA 9 | B | | | C | | | | A |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| SEC 天順上創盃 | | | | | | | | |
| SEC 1 | | B | C | | | C | | |
| SEC 2 | B | | | B | | | C | |
| SEC 3 | | A | | | C | | A | |
| SEC 4 | | A | | | C | | B | |
| SEC 5 | | | C | B | | | B | |
| SEC 6 | D | | B | | | A | | |
| SEC 7 | C | | B | | | B | | |
| SEC 8 | D | | | | C | | | A |
| SEC 9 | | | A | | D | | C | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

小龍混合邀請賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|-------------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| JPC 沙田區少年警訊「企硬唔Take嘢盃」 | | | | | | | | |
| JPC 1 | | | | | A | | B | C |
| JPC 2 | A | | | | | B | | A |
| JPC 3 | A | | | C | | | B | |
| JPC 4 | | C | | | B | | | B |
| JPC 5 | | | | | | A | B | A |
| JPC 6 | | C | | | B | | | B |
| JPC 7 | | | C | | | A | | B |
| JPC 8 | D | | | A | | B | | |
| JPC 9 | A | | | | C | | | A |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|---------------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| SIA 2026 中國移動創科國慶盃 | | | | | | | | |
| SIA 1 | | D | | | | B | A | |
| SIA 2 | C | | | C | A | | | |
| SIA 3 | D | | A | | | A | | |
| SIA 4 | | D | C | | | A | | |
| SIA 5 | C | | A | | | C | | |
| SIA 6 | B | | | C | B | | | |
| SIA 7 | | C | | | B | | | C |
| SIA 8 | D | | | A | | C | | |
| SIA 9 | D | | | | C | | A | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|---------------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| RCS 扶輪盃 2026 | | | | | | | | |
| RCS 1 | B | | C | | C | | | |
| RCS 2 | | A | | | C | | | A |
| RCS 3 | | B | | | A | D | | |
| RCS 4 | | A | B | | | B | | |
| RCS 5 | | D | B | | | C | | |
| RCS 6 | | C | | | B | | | B |
| RCS 7 | | D | B | | | C | | |
| RCS 8 | | B | | | D | | B | |
| RCS 9 | | C | | B | D | | | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |

2026 沙田龍舟競賽 參賽隊伍練習時間表

鳳艇公開賽

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|---------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| PH 鳳凰盃 | | | | | | | | |
| PH 1 | | C | | A | | | B | |
| PH 2 | | B | B | | | | A | |
| PH 3 | | | A | | D | | | C |
| PH 4 | B | | | C | | | | A |
| PH 5 | | | | B | A | | | C |
| PH 6 | B | | A | | | C | | |
| PH 7 | C | | | B | | | C | |
| PH 8 | C | B | | | C | | | |
| PH 9 | B | | | C | | | C | |

| 盃賽代號 | 9/5 (六) | 10/5 (日) | 16/5 (六) | 17/5 (日) | 23/5 (六) | 24/5 (日) | 30/5 (六) | 31/5 (日) |
|---------------|---------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| IC 傳承盃 | | | | | | | | |
| IC 1 | | D | B | | | C | | |
| IC 2 | D | | | | | C | | B |
| IC 3 | C | | | B | | | C | |
| IC 4 | | | C | | A | B | | |
| IC 5 | | A | | | D | | C | |
| IC 6 | | | | A | | | A | A |
| IC 7 | | C | | A | | | B | |
| IC 8 | | A | | | B | D | | |
| IC 9 | A | D | | | | A | | |

| | | | | |
|------|---|-------------|---|-------------|
| 練習時間 | A | 09:15-10:45 | C | 12:45-14:15 |
| | B | 11:00-12:30 | D | 14:30-16:00 |