

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單  
Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
1. 男子 200 米自由泳 1. Men's 200m Freestyle	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	陳志華 2'39"14	伍小宇 2'43"65	周錦添 3'39"96
	成年組 Adult	18-34	嚴溢勤 2'48"29	翁梓聰 2'57"60	--
	青少年組 Youth	13-17	林柏稀 2'06"01	周子朗 2'10"59	洪樂霖 2'19"49
		9-12	鄭知朗 3'10"84	--	--
2. 女子 200 米自由泳 2. Women's 200m Freestyle	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	單培貞 4'22"73	黃瑜琳 5'34"11	--
	成年組 Adult	18-34	丘芷彤 *2'22"28	--	--
	青少年組 Youth	13-17	俞灼昀 2'37"59	阮寶瑩 2'52"54	--
3. 男子 200 米背泳 3. Men's 200m Backstroke	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	陳應釗 3'33"96	蔡國文 4'02"32	孔令威 4'11"70
	成年組 Adult	18-34	嚴溢勤 3'14"88	--	--
	青少年組 Youth	13-17	黎忻諾 2'55"51	--	--
		9-12	何睿峰 2'50"91	朱啟迪 4'20"39	--
4. 女子 200 米背泳 4. Women's 200m Backstroke	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	黃錦珠 5'56"20	--	--
	青少年組 Youth	13-17	阮寶瑩 3'07"08	林子琦 3'19"35	--
		9-12	梁思晴 3'05"31	蘇紫晴 3'13"94	黎忻穎 4'06"03
5. 男子 200 米胸泳 5. Men's 200m Breaststroke	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	區敏成 3'11"37	吳兆剛 3'20"82	劉國標 3'35"13
	成年組 Adult	18-34	陸永健 2'37"55	嚴溢勤 3'31"74	鄧浚鏗 4'15"08
	青少年組 Youth	13-17	梁澤璋 2'42"94	尹旨山 2'44"95	林慶嘉 2'46"06
		9-12	李誦熙 3'02"84	陳文熹 3'08"68	曾顯程 3'23"71
6. 女子 200 米胸泳 6. Women's 200m Breaststroke	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	葉愛華 *4'03"52	葉文清 4'32"10	黃瑜琳 5'11"96
	青少年組 Youth	13-17	阮寶瑩 3'29"44	阮寶齡 3'39"90	--
		9-12	麥芷瑋 3'33"47	--	--
7. 男子 200 米蝶泳 7. Men's 200m Butterfly	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	孔令威 4'20"08	周錦添 4'36"68	雷德聰 4'39"63
	青少年組 Youth	13-17	林柏稀 *2'18"73	劉耀謙 2'35"59	王梓燁 4'02"55
		9-12	冼焯峰 4'46"67	--	--

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單

Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
8. 女子 200 米蝶泳 8. Women's 200m Butterfly	成年組 Adult	18-34	丘芷彤 *2'42"88	--	--
	青少年組 Youth	9-12	李瑋敏 *2'41"25	蘇紫晴 3'37"43	--
9. 男子 200 米個人四式 9. Men's 200m Individual Medley	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	陳崗豪 3'38"54	孔令威 3'53"21	--
	成年組 Adult	18-34	朱俊彥 3'13"84	--	--
	青少年組 Youth	13-17	梁澤璋 2'28"75	劉耀謙 2'40"60	賴敬熙 2'43"01
		9-12	李誦熙 2'43"45	嚴麒俊 2'59"95	--
10. 女子 200 米個人四式 10. Women's 200m Individual Medley	先進組 Master	35 歲或以上 Aged 35 or above	黃錦珠 6'24"30	--	--
	成年組 Adult	18-34	丘芷彤 *2'43"95	黃可喬 *2'57"02	--
	青少年組 Youth	13-17	林荻錡 3'10"62	馮藝桐 3'21"70	--
		9-12	劉雅洛 2'52"92	楊凱晴 3'20"27	--
11. 男子 50 米自由泳 11. Men's 50m Freestyle	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	周啟斌 33"06	吳汝洪 35"57	林德安 39"47
		45-54	蘇馬來 30"68	陳崗豪 33"36	李德豐 38"46
		35-44	伍小宇 30"31	陳卓豪 33"10	麥家豪 36"12
	成年組 Adult	25-34	朱俊彥 29"55	--	--
		18-24	林澤謙 *25"51	陳愷迪 27"89	翁梓聰 30"83
	青少年組 Youth	15-17	羅景昌 29"57	--	--
		13-14	蔡梓晉 27"33	陳明治 29"25	--
		11-12	姜文洛 31"32	劉佳晉 31"65	李丞恩 32"64
		9-10	李衍鏞 37"13	陳天浠 37"18	鍾嘉洋 37"45
		8 歲或以下 Aged 8 or below	李秉軒 35"67	Chan Ho Shing Brandon 40"18	陳晉亨 41"77
12. 女子 50 米自由泳 12. Women's 50m Freestyle	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	蔡健容 52"24	袁少嫦 1'02"49	--
		45-54	黃欣欣 40"08	徐孟娟 45"58	吳茵茵 47"45
		35-44	羅淑梅 58"35	--	--
	成年組 Adult	25-34	陳皓琳 35"81	--	--

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單  
Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
12. 女子 50 米自由泳 12. Women's 50m Freestyle	成年組 Adult	18-24	黃可喬 30"02	--	--
	青少年組 Youth	15-17	陳倩瑜 30"26	崔子晴 31"37	何凱琳 31"43
		13-14	茅心予 30"83	羅淳沂 31"56	潘曉慧 31"84
		11-12	鍾晴 31"42	曹仲言 32"64	劉懿 32"78
		9-10	葉宇晴 34"53	黎祉彤 38"59	陳韻妍 38"67
		8 歲或以下 Aged 8 or below	譚灤霖 40"87	劉琛 41"06	呂名殷 41"72
13. 男子 50 米背泳 13. Men's 50m Backstroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	陳應釗 41"75	吳汝洪 42"26	唐永健 46"25
		45-54	陳俊權 *37"89	李漢麟 46"61	梁其智 49"21
		35-44	潘世傑 50"81	--	--
	成年組 Adult	18-24	林澤謙 *29"37	--	--
	青少年組 Youth	15-17	楊尚銘 32"36	蘇浩鈞 33"82	黎卓錡 40"21
		13-14	黎忻諾 35"37	黃灝泓 36"98	胡彥沖 38"40
		11-12	李丞恩 35"55	梁浩霆 37"38	嚴麒俊 39"34
		9-10	鍾嘉洋 44"21	陳天浠 50"33	蘇曉逸 55"04
		8 歲或以下 Aged 8 or below	Chan Ho Shing Brandon 44"75	羅鈺智 54"18	曾維瑋 56"64
	14. 女子 50 米背泳 14. Women's 50m Backstroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	蔡健容 1'06"55	--
45-54			吳茵茵 54"83	徐孟娟 1'02"97	梁妙愉 1'12"74
35-44			羅淑梅 1'26"45	--	--
成年組 Adult		25-34	陳皓琳 *42"17	--	--
青少年組 Youth		15-17	黃洪濤 36"81	雷稀琳 38"17	崔子晴 38"67
		13-14	俞灼灼 42"92	--	--
		11-12	韓采穎 35"44	梁思晴 38"39	曹仲言 38"58
		9-10	陳梓淳 43"13	林靖儀 45"62	胡凱嵐 45"85
		8 歲或以下 Aged 8 or below	曹晞研 44"66	陳紫晴 49"89	譚灤霖 51"04

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單  
Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
15. 男子 50 米胸泳 15. Men's 50m Breaststroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	區敏成 38"77	王紹詢 53"06	莫偉明 53"84
		45-54	蘇馬來 40"29	梁其智 43"92	林德昌 48"77
		35-44	吳兆剛 40"25	劉國標 42"53	麥家豪 44"53
	成年組 Adult	25-34	陸永健 33"24	左瑋程 35"58	鄺鎮鴻 40"71
		18-24	梁堯晉 35"69	--	--
	青少年組 Youth	15-17	姜敬謙 32"85	黃堯桑 33"58	梁澤瑋 35"20
		13-14	尹旨山 32"75	林慶嘉 33"40	陳卓朗 34"66
		11-12	趙倬謙 38"53	陳文熹 39"68	黃文臻 41"28
		9-10	梁堯皓 42"58	Chun Pak Hei 45"44	陳天浠 47"61
		8 歲或以下 Aged 8 or below	羅鈺智 56"09	楊諾謙 56"15	林建濤 1'01"37
	16. 女子 50 米胸泳 16. Women's 50m Breaststroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	余小虹 1'17"14	--
45-54			葉愛華 51"26	黃欣欣 53"65	葉文清 54"86
青少年組 Youth		15-17	陳倩瑜 39"55	黃洪濤 41"16	雷稀琳 41"72
		13-14	羅淳沂 40"41	施詠婷 44"90	阮寶齡 46"32
		11-12	楊皓月 38"64	鍾晴 40"10	楊冬倪 44"12
		9-10	梁芯洳 42"78	麥芷瑋 47"71	胡凱嵐 50"55
		8 歲或以下 Aged 8 or below	何卓珈 54"82	呂名殷 55"02	譚灤霖 57"80
17. 男子 50 米蝶泳 17. Men's 50m Butterfly	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	林德安 43"41	梁祥威 47"46	王紹詢 54"13
		45-54	陳志華 35"96	陳崗豪 38"28	李漢麟 41"05
		35-44	劉國標 39"43	陳卓豪 41"51	莫建勳 50"86
	成年組 Adult	25-34	左瑋程 29"95	--	--
	青少年組 Youth	15-17	林鎰晉 30"24	賴敬熙 30"93	楊尚銘 31"14
		13-14	洪樂霖/胡彥沖 32"40	--	邱禮彥 32"42
		11-12	姜文洛 34"96	黃文臻 35"33	黃子鋒 36"61

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單  
Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
17. 男子 50 米蝶泳 17. Men's 50m Butterfly	青少年組 Youth	9-10	梁譽櫛 39"85	譚硤仁 40"81	譚子彥 42"85
		8 歲或以下 Aged 8 or below	李秉軒 41"48	盧浩霆 45"62	Chan Ho Shing Brandon 46"80
18. 女子 50 米蝶泳 18. Women's 50m Butterfly	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	蔡健容 1'15"74	--	--
		45-54	伍以玲 57"81	梁妙愉 1'09"04	--
		35-44	羅淑梅 1'23"69	--	--
	成年組 Adult	18-24	黃可喬 *32"76	胡嘉茵 39"95	--
	青少年組 Youth	15-17	陳倩瑜 34"46	蘇瑋澄 36"42	施雅琳 37"20
		13-14	潘曉慧 33"27	羅淳沂 36"40	馬嘉彤 37"79
		11-12	劉雅洛 35"03	劉懿 38"74	--
		9-10	葉宇晴 42"93	黎祉彤 44"75	黃栢苜 45"90
		8 歲或以下 Aged 8 or below	張恩澄 42"83	曹晞研 43"59	呂名殷 49"84
	19. 男子 100 米自由泳 19. Men's 100m Freestyle	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	周啟斌 1'21"83	程偉健 1'26"85
45-54			陳俊權 *1'08"62	洪嘉銘 1'17"72	黃福基 1'37"24
35-44			伍小宇 1'08"38	陳卓豪 1'14"69	莫建勳 1'37"93
成年組 Adult		25-34	邱子豐 1'04"51	朱俊彥 1'09"46	鄺鎮鴻 1'10"73
		18-24	陳愷迪 1'01"91	梁堯晉 1'03"17	翁梓聰 1'11"52
青少年組 Youth		15-17	周子朗 59"96	林鎰晉 1'02"46	林展浚 1'04"98
		13-14	洪樂霖 1'03"59	蔡卓楠 1'13"94	--
		11-12	梁皓霆 1'09"77	姜文浩 1'11"99	李振宇 1'13"70
		9-10	譚硤仁 1'18"39	陳韋臻 1'19"89	Chun Pak Hei 1'24"17
		8 歲或以下 Aged 8 or below	盧浩霆 1'30"85	潘日希 1'32"50	--
20. 女子 100 米自由泳 20. Women's 100m Freestyle	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	單培貞 2'10"51	袁少嫦 2'16"86	--
		45-54	伍以玲 1'44"57	梁妙愉 1'57"28	胡佩文 2'18"10
	成年組 Adult	25-34	陳皓琳 *1'23"03	--	--

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單

Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
20. 女子 100 米自由泳 20. Women's 100m Freestyle	青少年組 Youth	15-17	林子琦 1'18"00	鄧曉桐 1'19"47	--
		13-14	黃瑋晴 1'27"11	--	--
		11-12	李瑋敏 1'05"49	韓采穎 1'11"41	溫紫盈 1'11"54
		9-10	葉宇晴 1'16"93	林靖儀 1'19"11	陳梓淳 1'19"55
		8 歲或以下 Aged 8 or below	張恩澄 1'25"42	楊子瑩 1'37"15	Chan Tsz Yau 1'46"00
21. 男子 100 米背泳 21. Men's 100m Backstroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	陳應釗 *1'34"55	吳汝洪 *1'40"52	唐永健 1'49"57
		45-54	洪嘉銘 1'35"04	雷德聰 2'02"12	--
	成年組 Adult	25-34	左瑋程 1'20"75	--	--
		18-24	林澤謙 *1'06"23	--	--
	青少年組 Youth	15-17	周子朗 1'10"84	楊尚銘 1'12"39	黎柏朗 1'13"78
		13-14	黎忻諾 1'20"06	--	--
		11-12	李誦熙 *1'14"85	李丞恩 1'18"39	嚴麒俊 1'23"57
		9-10	譚硯仁 1'25"91	Wong Si Wai 1'45"16	--
		8 歲或以下 Aged 8 or below	李秉軒 1'31"25	--	--
	22. 女子 100 米背泳 22. Women's 100m Backstroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	黃錦珠 2'59"05	--
成年組 Adult		18-24	胡嘉茵 *1'42"36	--	--
青少年組 Youth		15-17	梁曉琳 *1'16"40	林子琦 1'36"49	--
		13-14	施詠婷 1'49"52	施詠琳 1'51"74	--
		11-12	溫紫盈 1'25"36	梁思晴 1'25"81	黎忻穎 1'47"47
		9-10	雷靖牽 1'25"13	林靖儀 1'39"47	鄭鎧潼 1'40"98
	8 歲或以下 Aged 8 or below	楊子瑩 1'44"16	Chan Tsz Yau 1'51"08	陳芯悅 2'21"42	
23. 男子 100 米胸泳 23. Men's 100m Breaststroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	區敏成 *1'27"54	蔡太榮 1'56"17	莫偉明 2'01"12
		45-54	蘇馬來 1'31"88	陳志華 1'32"82	黃福基 1'44"70
		35-44	吳兆剛 1'34"43	麥家豪 1'47"31	--

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單  
Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
23. 男子 100 米胸泳 23. Men's 100m Breaststroke	成年組 Adult	25-34	陸永健 *1'12"80	鄧浚鏗 1'54"84	周林浩 2'37"70
	青少年組 Youth	15-17	姜敬謙 1'13"99	黃堯燊 1'17"22	莊振興 1'33"61
		13-14	林慶嘉 1'13"94	尹旨山 1'14"38	陳卓朗 1'15"30
		11-12	陳文熹 1'25"79	施明竣/蘇曉朗 1'34"83	--
		9-10	梁堯皓 1'36"45	朱啟迪 2'10"76	--
		8 歲或以下 Aged 8 or below	羅鈺智 1'56"50	林建滄 2'12"05	--
24. 女子 100 米胸泳 24. Women's 100m Breaststroke	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	游麗蓮 2'22"87	余小虹 2'44"97	單培貞 2'50"00
		45-54	葉愛華 *1'53"32	吳茵茵 2'01"23	胡佩文 2'16"82
	青少年組 Youth	15-17	林荻錡 1'36"09	黃浹濤 1'38"48	楊淮晴 1'39"21
		13-14	施詠婷 1'39"77	阮寶齡 1'42"17	施詠琳 1'59"07
		11-12	楊皓月 1'24"92	楊冬倪 1'36"08	--
		9-10	麥芷瑋 1'41"12	胡凱嵐 1'47"36	黃樹苣 1'48"04
		8 歲或以下 Aged 8 or below	Chan Tsz Yau 1'57"56	羅曉澄 2'18"37	陳爾喬 2'32"14
25. 男子 100 米蝶泳 25. Men's 100m Butterfly	先進組 Master	55 歲或以上 Aged 55 or above	梁祥威 1'56"43	程偉健 1'56"59	李成添 2'06"42
		45-54	陳俊權 *1'27"06	洪嘉銘 1'39"66	李漢麟 1'46"22
	青少年組 Youth	15-17	黎卓錡 1'26"04	--	--
		13-14	林柏稀 1'02"86	胡彥沖 1'19"05	--
		11-12	黃子鋒 1'26"68	陳予航 1'40"51	--
		9-10	梁譽櫳 1'31"87	--	--
		8 歲或以下 Aged 8 or below	潘日希 2'04"36	--	--
26. 女子 100 米蝶泳 26. Women's 100m Butterfly	青少年組 Youth	15-17	陳愷翹 1'22"59	鄧曉桐 1'36"75	--
		11-12	黎芍伶 1'09"80	李瑋敏 1'11"99	劉雅洛 1'20"12
		9-10	楊凱晴 1'40"95	--	--
		8 歲或以下 Aged 8 or below	張恩澄 1'43"02	曹晞研 1'45"34	陳芷慰 2'16"25

\* 刷新大會紀錄 (New Record)

中西區分齡游泳比賽 2023  
得獎名單

Central & Western District Age Group Swimming Competition 2023  
Competition Result

比賽項目 Events	年齡組別 Age Groupings		獎項/參賽者姓名/成績 Awards/Name of Competitors/ Result		
			冠軍/第一名 Winner	亞軍/第二名 1 <sup>st</sup> Runner up	季軍/第三名 2 <sup>nd</sup> Runner up
27. 男子 4x50 米四式接力 27. Men's 4x50m Medley Relay	先進組 Master	19 歲或以上 Aged 19 or above	孫賽魚 2'22"33	定期小馬軍團 3'05"79	--
	成年組 Adult				
	青少年組 Youth	13-18	迪泳屯門燒賣 M 1'59"18	--	--
		12 歲或以下 Aged 12 or below	Aqua Flyers 2'21"62	HYCSB 2'29"75	楊門小將 2'44"58
28. 女子 4x50 米四式接力 28. Women's 4x50m Medley Relay	先進組 Master	19 歲或以上 Aged 19 or above	友緣人 4'47"63	--	--
	成年組 Adult				
	青少年組 Youth	13-18	迪泳屯門小花 2'25"18	--	--
		12 歲或以下 Aged 12 or below	Swimming Buddies 2'54"37	--	--
29. 男子 4x50 米自由式接力 29. Men's 4x50m Freestyle Relay	先進組 Master	19 歲或以上 Aged 19 or above	Record Team *1'48"05	四圍游 2'15"85	--
	成年組 Adult				
	青少年組 Youth	13-18	迪泳屯門燒賣 F 1'54"50	--	--
		12 歲或以下 Aged 12 or below	迪泳屯門燒賣 3.0 2'19"48	--	--
30. 女子 4x50 米自由式接力 30. Women's 4x50m Freestyle Relay	先進組 Master	19 歲或以上 Aged 19 or above	叻叻飛魚 3'44"83	--	--
	成年組 Adult				
	青少年組 Youth	12 歲或以下 Aged 12 or below	Sea Star Princess 2'42"12	--	--