

日期	地區	比賽名稱	組別	成績
20-21/5/2000	香港	第十三屆香港攀登公開賽	難度賽新秀組	2 Men's Novice
16/10/2000	北京	第二屆亞洲青少年錦標賽·北京中國	速度賽青年組	1 Junior
26/11/2000	馬來西亞	第九屆亞洲錦標賽·吉隆坡·馬來西亞	速度賽男子組	2 Men's Novice
1/12/2000	香港	香港運動攀登錦標賽2000	新秀組	冠軍
6-11/12/2000	泰國	2000 ASIAN X GAMES	速度賽男子組	5 Men's Novice
11/2/2001	香港	第三屆香港運動攀登錦標賽	難度賽新秀組	1 Men's Novice
29/3/2001	俄羅斯	第一屆歐洲青少年盃	速度賽難度賽	第10名
8/4/2001	香港	第四十四屆體育節 - 香港青少年攀登錦標賽暨公開排名賽	難度賽公開組	第4名
2001	香港	S.C.M.P. STUDENT OF THE YEAR AWARDS 2000 CERTIFICATE OF MERIT		前八名
2001	香港	康體發展局運動員資助基金入選運動員		
2001	香港	康體發展局全港體壇新星入選運動員		
22/4/2001	香港	第三屆技術矮牆攀登錦標賽	公開組	亞軍
22/7/2001	香港	第十四屆香港攀登公開賽 男子高組難度賽 速度接力		季軍
25-27/7/2001	伊朗	第三屆亞洲青年攀岩錦標賽速度賽		冠軍
25-27/9/2001	昆明	第一屆亞洲盃攀岩錦標賽	速度賽	第11名
30/9/2001	印尼	第十屆亞洲錦標賽	速度賽	第12名
4-7/10/2001	馬來西亞	世界攀岩巡迴賽	速度賽	第16名
			難度賽	第31名
6/1/2002	香港	香港運動攀登錦標賽(2001/2002)	公開組	季軍
31/1/2002	吉隆坡	Asian X games 2002	Speed	第8名
			Bouldering	第16名
5/5/2002	香港	2002年屯門傑出學生		傑出學生
12/10/2002	日本富山	第十一屆亞洲錦標賽富山日本	速度賽	第一名
31/1/2003	吉隆坡	亞洲X-Game攀登總決賽	速度賽	第二名
23-24/8/2003	北京	第十二屆亞洲錦標賽	速度賽	第一名
26-27/8/2003	北京	全國錦標賽	速度賽	亞軍

23- 24/9/2003	重慶	中國重慶國際山地越野挑戰賽		冠軍
6- 7/12/2003	香港	香港運動攀登錦標賽2003	公開組	季軍
7/9/2005	香港	榮登香港卓越學生成就榜		