

**中國香港手球總會**  
**香港女子沙灘手球集訓隊時間表 (2019年5月)**

(更新日期: 2019.4.17)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-May-19 Thu	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
2	04-May-19 Sat	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
3	09-May-19 Thu	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
4	11-May-19 Sat	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
5	16-May-19 Thu	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
6	18-May-19 Sat	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
7	21-May-19 Tue	1900-2200	3	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
8	23-May-19 Thu	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
9	25-May-19 Sat	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
10	28-May-19 Tue	1900-2200	3	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
11	30-May-19 Thu	1900-2200	3	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
總時數			33 hrs			

備註1: 入選運動員必須按照上列集訓時間表出席訓練, 並須準時到達場地及穿著合適運動服裝進行集訓。

備註2: 訓練時間有機會因實際情況而再作調整

備註3: 各運動員如有需要, 請自行購買個人意外保險, 以作保障。

備註4: 請注意來往場地的安全, 本會並不負責因出席有關活動而引起的任何傷亡事故。

備註5: 場地使用時間外的訓練, 請於場邊進行練習。