

中國香港手球總會
2018沙灘手球項目訓練
香港女子沙灘手球集訓隊時間表 (2018年11月)

(更新日期：2018.10.31)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	01-Nov-18 Thu	19:00-22:00	3hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
2	03-Nov-18 Sat	09:00-13:00	4hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
3	08-Nov-18 Thu	19:00-22:00	3hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
4	10-Nov-18 Sat	09:00-13:00	4hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
5	15-Nov-18 Thu	19:00-22:00	3hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
6	17-Nov-18 Sat	09:00-13:00	4hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
7	22-Nov-18 Thu	19:00-22:00	3hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
8	24-Nov-18 Sat	09:00-13:00	4hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	
9	29-Nov-18 Thu	19:00-22:00	3hrs	天業路人造沙灘球場	技術訓練	

總時數 31hrs

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。