

中國香港手球總會
2018印尼亞運會- 手球項目
香港女子手球集訓隊時間表 (2018年3月)

Women

(更新日期：2018.03.24)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Mar-18 Fri	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
2	04-Mar-18 Sun	10:00 - 13:00	3 hrs	荔枝角公園	技術訓練	天雨取消
3	07-Mar-18 Wed	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
4	09-Mar-18 Fri	19:00 - 23:00	4 hrs	石硤尾體育館	技術訓練	
5	10-Mar-18 Sat	18:00 - 21:00	3 hrs	石硤尾體育館	技術訓練	
6	12-Mar-18 Mon	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
7	14-Mar-18 Wed	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
8	15-Mar-18 Thu	19:00 - 22:00	3 hrs	青衣公園	技術訓練	
9	19-Mar-18 Mon	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
10	21-Mar-18 Wed	20:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
11	23-Mar-18 Fri	19:00 - 23:00	4 hrs	石硤尾體育館	技術訓練	
12	24-Mar-18 Sat	18:00 - 21:00	3 hrs	石硤尾體育館	技術訓練	
13	26-Mar-18 Mon	19:00 - 23:00	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
14	29-Mar-18 Thu	19:00 - 22:00	3 hrs	青衣公園	技術訓練	
15	30-Mar-18 Fri	21:00 - 23:00	2 hrs	彩虹道手球場	技術訓練	
16	31-Mar-18 Sat	19:00 - 23:00	4 hrs	將軍澳體育館	技術訓練	

原總時數

48 hrs

總結時數

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： 球員於2018年3月必須最少出席40小時的訓練，而其中32小時必須為本會代表隊的集訓，方可達到領取津貼的要求

備註4： 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5： 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。