

**中國香港手球總會**  
**香港男子沙灘手球集訓隊時間表 (2019年11月)**

(更新日期：2019.10.22)

	日期	時間1	時間2	時數	場地1	場地2	內容	備註
1	02-Nov-19 Sat	1100-1400		3	葵涌沙灘手球場		技術訓練	與女沙共用場地
2	09-Nov-19 Sat	1100-1400	1900-2200	6	葵涌沙灘手球場	葵涌沙灘手球場	技術訓練	與女沙及U15共用場地
3	16-Nov-19 Sat	0900-1200	1900-2200	6	天業路人造沙灘球場	葵涌沙灘手球場	技術訓練	與女沙及U15共用場地
4	30-Nov-19 Sat	1900-2100	/	3	葵涌沙灘手球場	/	技術訓練	與女沙及U15共用場地

總時數

18hrs

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。

