

中國香港手球總會
香港女子U12-U14手球集訓隊時間表 (2019年8月)

(更新日期：2019.07.26)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Aug-19 Fri	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	
2	05-Aug-19 Mon	17:00-19:00	2hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
3	07-Aug-19 Wed	17:00-19:00	2hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
4	09-Aug-19 Fri	17:00-20:00	3hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
5	11-Aug-19 Sun	17:00-19:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
6	14-Aug-19 Wed	17:00-19:00	2hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
7	16-Aug-19 Fri	19:00-21:00	2hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男港共用場地
8	18-Aug-19 Sun	17:00-19:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	

總時數 18 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。