

**中國香港手球總會**  
**香港男子U12-U14手球集訓隊時間表 (2019年12月)**

(更新日期：2019.11.30)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Dec-19 Mon	19:00-21:00	2hrs	石排街公園手球場	技術訓練	
2	04-Dec-19 Wed	19:00-21:00	2hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U16共用場地
3	06-Dec-19 Fri	19:00-21:00	2hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
4	09-Dec-19 Mon	19:00-21:00	2hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U16共用場地
5	11-Dec-19 Wed	19:00-21:00	2hrs	城門谷公園手球場	技術訓練	
6	13-Dec-19 Fri	19:00-21:00	2hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男港共用場地
7	18-Dec-19 Wed	19:00-21:00	2hrs	城門谷公園手球場	技術訓練	
8	19-Dec-19 Thu	19:00-21:00	2hrs	何文田公園手球場	技術訓練	與男U16共用場地
9	21-Dec-19 Sat	17:00-19:00	2hrs	青衣公園手球場	技術訓練	
10	23-Dec-19 Mon	19:00-21:00	2hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U16共用場地

總時數                      20 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。