

**中國香港手球總會**  
**香港男子U18手球集訓隊時間表 (2019年4月)**

(更新日期：2019.3.25)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	01-Apr-19 Mon	20:00-22:00	2hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	
2	03-Apr-19 Wed	20:00-22:00	2hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	
3	09-Apr-19 Tue	19:00-21:00	2hrs	荔枝角公園(第一期)手球場	技術訓練	
4	12-Apr-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
5	15-Apr-19 Mon	19:00-21:00	2hrs	青衣公園手球場	技術訓練	
6	18-Apr-19 Thu	19:00-21:00	2hrs	沙咀道遊樂場手球場	技術訓練	
7	19-Apr-19 Fri	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男U16及男港共用場地
8	24-Apr-19 Wed	19:00-21:00	2hrs	馬鞍山遊樂場手球場	技術訓練	
9	26-Apr-19 Fri	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與女U18及女港共用場地
10	29-Apr-19 Mon	19:00-22:00	3hrs	青衣公園手球場	技術訓練	與男港共用場地

每隊總時數      23 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。