

**中國香港手球總會**  
**香港女子U22手球集訓隊時間表 (2019年7月)**

(更新日期：2019.7.3)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Jul-19 Tue	20:00-22:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與女港共用場地
2	03-Jul-19 Wed	19:30-22:30	3hrs	香港理工大學	技術訓練	地點更改
3	05-Jul-19 Fri	19:00-21:00	2hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男女港共用場地
4	08-Jul-19 Mon	20:00-22:00	2hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	
5	09-Jul-19 Tue	20:00-22:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與女港共用場地
6	11-Jul-19 Thu	20:00-22:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與女港共用場地
7	13-Jul-19 Sat	17:00-20:00	3hrs	九龍公園體育館	技術訓練	
8	16-Jul-19 Tue	20:00-22:00	2hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
9	19-Jul-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

每隊總時數      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。