

**中國香港手球總會**  
**香港女子青少年沙灘手球集訓隊時間表 (2020年11月)**

(更新日期：2020.10.30)

	日期	時間1	時數	場地1	內容	備註
1	05-Nov-20 Thu	1800-2000	2	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
2	12-Nov-20 Thu	1800-2000	2	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
3	19-Nov-20 Thu	1800-2000	2	葵涌沙灘手球場	技術訓練	
4	26-Nov-20 Thu	1800-2000	2	葵涌沙灘手球場	技術訓練	

總時數        8hrs

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。