

中國香港手球總會
香港男子青年精英訓練隊時間表 (2020年07月)

(更新日期：2020.07.10)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	03-Jul-20 Fri	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
2	04-Jul-20 Sat	16:00-19:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
3	05-Jul-20 Sun	16:00-19:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	場地使用時間為1600-1800
4	06-Jul-20 Mon	19:00-22:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	場地使用時間為1900-2100
5	09-Jul-20 Thu	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與女港共用場地
6	10-Jul-20 Fri	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
7	12-Jul-20 Sun	16:00-19:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
8	13-Jul-20 Mon	19:00-22:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
9	15-Jul-20 Wed	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
10	16-Jul-20 Thu	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	因疫情關係取消
11	18-Jul-20 Sat	16:00-19:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
12	19-Jul-20 Sun	16:00-19:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
13	20-Jul-20 Mon	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
14	22-Jul-20 Wed	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
15	23-Jul-20 Thu	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	因疫情關係取消
16	24-Jul-20 Fri	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
17	26-Jul-20 Sun	16:00-19:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
18	27-Jul-20 Mon	19:00-22:00	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
19	29-Jul-20 Wed	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消
20	30-Jul-20 Thu	19:00-22:00	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	因疫情關係取消
21	31-Jul-20 Fri	19:00-22:00	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	因疫情關係取消

每隊總時數 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。

備註6： 部份場地只提供2小時，隊伍需於場邊進行適當體能訓練或技術鍛鍊，以完成3小時訓練。

備註7： 如兩隊同時於同一場地進行訓練，請各教練互相協調，盡用空間。