

中國香港手球總會
香港男子青年精英訓練隊時間表 (2021年12月)

(更新日期：2021.12.13)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Dec-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
2	05-Dec-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
3	06-Dec-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
4	09-Dec-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
5	10-Dec-21 Fri	2000-2300	3hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
	12-Dec-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消
6	13-Dec-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
7	16-Dec-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
8	17-Dec-21 Fri	2000-2300	3hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
9	19-Dec-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
10	20-Dec-21 Mon	2000-2300	3hrs	何文田公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
11	23-Dec-21 Thu	1800-2100	3hrs	黃竹坑遊樂場手球場	技術訓練	與男U17共用場地
12	26-Dec-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
13	27-Dec-21 Mon	1900-2200	3hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
14	30-Dec-21 Thu	1800-2100	3hrs	黃竹坑遊樂場手球場	技術訓練	與男U17共用場地
			總時數	42hrs		

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： 部份場地只提供2小時使用時間，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6： 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。