

**中國香港手球總會**  
**香港男子青年精英訓練隊時間表 (2021年11月)**

(更新日期：2021.10.27)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	01-Nov-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
2	04-Nov-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
3	05-Nov-21 Fri	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
4	07-Nov-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
5	08-Nov-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
6	11-Nov-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
7	14-Nov-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
8	15-Nov-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
9	18-Nov-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
10	19-Nov-21 Fri	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
11	21-Nov-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
12	22-Nov-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
13	25-Nov-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
14	26-Nov-21 Fri	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
15	28-Nov-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
16	29-Nov-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	訓練時間更改，與男U17共用場地
		總時數	48hrs			

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。