

**中國香港手球總會**  
**香港男子青年精英訓練隊時間表 (2021年10月)**

(更新日期：2021.10.08)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	03-Oct-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
2	04-Oct-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
3	07-Oct-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
	08-Oct-21 Fri	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	因天雨關係取消
4	10-Oct-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
5	11-Oct-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
6	14-Oct-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
7	15-Oct-21 Fri	1900-2300	4hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男港、男守共用場地
8	17-Oct-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
9	18-Oct-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
10	21-Oct-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
11	22-Oct-21 Fri	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
12	24-Oct-21 Sun	0900-1200	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
13	25-Oct-21 Mon	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
14	27-Oct-21 Wed	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
15	29-Oct-21 Fri	1900-2300	4hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男港、男守共用場地
		總時數	47hrs			

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。