

中國香港手球總會
香港男子青年精英訓練隊時間表 (2021年8月)

(更新日期：2021.08.18)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	03-Aug-21 Tue	1900-2200	3hrs	彩虹道遊樂場手球場	體能訓練	
	04-Aug-21 Wed	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	因天雨關係取消
2	06-Aug-21 Fri	1900-2200	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與女港、女守共用場地
3	07-Aug-21 Sat	0900-1200	3hrs	電照街遊樂場手球場	技術訓練	
4	09-Aug-21 Mon	1800-2100	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
5	10-Aug-21 Tue	1900-2200	3hrs	彩虹道遊樂場手球場	體能訓練	
6	12-Aug-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	13-Aug-21 Fri	1900-2200	3hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與女港、女守共用場地
8	14-Aug-21 Sat	0900-1200	3hrs	電照街遊樂場手球場	技術訓練	
9	16-Aug-21 Mon	1800-2100	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
10	17-Aug-21 Tue	1900-2200	3hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	與男U17共用場地
11	18-Aug-21 Wed	1900-2200	3hrs	荔枝角公園2號手球場	技術訓練	訓練地點及時間更改，與男港、男守共用場地
12	19-Aug-21 Thu	1900-2200	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與男U17共用場地
13	21-Aug-21 Sat	0900-1200	3hrs	電照街遊樂場手球場	技術訓練	
14	23-Aug-21 Mon	1800-2100	3hrs	科士街遊樂場手球場	技術訓練	
15	24-Aug-21 Tue	1900-2200	3hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	
16	25-Aug-21 Wed	1800-2100	3hrs	荔枝角公園2號手球場	技術訓練	與男U17共用場地
17	27-Aug-21 Fri	1800-2100	3hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	與男U17共用場地
18	28-Aug-21 Sat	0900-1200	3hrs	電照街遊樂場手球場	技術訓練	
19	30-Aug-21 Mon	1800-2100	3hrs	石排街公園手球場	技術訓練	與女港、女守共用場地
20	31-Aug-21 Tue	1900-2200	3hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	
			總時數	60hrs		

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。