

**中國香港手球總會**  
**香港男子U15手球集訓隊時間表 (2022年1月)**

(更新日期：2022.01.06)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
<b>1</b>	06-Jan-22 Thu	1900-2200	3 hrs	青衣公園手球場	技術訓練	與男青共用場地
	08-Jan-22 Sat	1400-1600	2 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	因場地暫停開放，訓練取消
	13-Jan-22 Thu	1900-2200	3 hrs	青衣公園手球場	技術訓練	因場地暫停開放，訓練取消(與男青共用場地)
	15-Jan-22 Sat	1400-1700	3 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	因場地暫停開放，訓練取消(場地使用時間為1400-1600，與男青及男U17進行對抗賽訓練)
	20-Jan-22 Thu	1900-2100	2 hrs	青衣公園手球場	技術訓練	因場地暫停開放，訓練取消
<b>2</b>	22-Jan-22 Sat	1400-1600	2 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
<b>3</b>	27-Jan-22 Thu	1900-2200	3 hrs	青衣公園手球場	技術訓練	與男青共用場地
<b>4</b>	29-Jan-22 Sat	1400-1600	2 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
		總時數	10 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。