

**中國香港手球總會**  
**香港男子青年精英訓練隊時間表 (2023年6月)**

(更新日期：2023.06.23)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	04-Jun-23 Sun	1600-1900	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
	06-Jun-23 Tue	2000-2300	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	天雨取消(與男U19共用場地)
2	09-Jun-23 Fri	2100-2300	2hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	與男U19共用場地
3	12-Jun-23 Mon	1900-2200	3hrs	兆麟體育館	技術訓練	與男港、男U19共用場地
4	16-Jun-23 Fri	2000-2300	3hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與男U19共用場地
5	18-Jun-23 Sun	1600-1900	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
6	21-Jun-23 Wed	2000-2300	3hrs	何文田公園手球場	技術訓練	與男U19共用場地
7	23-Jun-23 Fri	2000-2300	3hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	與男U19共用場地
8	25-Jun-23 Sun	1600-1900	3hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
9	27-Jun-23 Tue	2000-2300	3hrs	源禾遊樂場手球場	技術訓練	與男U19共用場地
10	30-Jun-23 Fri	1600-1900	3hrs	九龍公園體育館	賽事欣賞	時間及地點更新
		總時數	29hrs			

- 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。