

中國香港手球總會
香港男子U20手球集訓隊時間表 (2026年6月)

(更新日期：2026.6.18)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Jun-26 Tue	1900-2200	3 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	與男子U18共用場地
2	04-Jun-26 Thu	1900-2200	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	與男子U18共用場地
3	06-Jun-26 Sat	1800-2100	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	與男子U18共用場地
4	09-Jun-26 Tue	1900-2200	3 hrs	九龍公園體育館	技術訓練	與男子U18共用場地
5	11-Jun-26 Thu	2000-2300	3 hrs	臨華街遊樂場手球場	技術訓練	與男子U18共用場地
6	13-Jun-26 Sat	1800-2100	3 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	與男子U18共用場地
	15-Jun-26 Mon	1900-2200	3 hrs	城門谷公園手球場	技術訓練	訓練取消(新增訓練)
	16-Jun-26 Tue	1900-2200	3 hrs	臨華街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消(用場時間由2000開始)
7	16-Jun-26 Tue	1900-2200	3 hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	新增訓練(與男子第一、二梯隊共用場地)
8	18-Jun-26 Thu	1900-2200	3 hrs	南華會	技術訓練	更新訓練地點
9	20-Jun-26 Sat	1900-2200	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	
10	22-Jun-26 Mon	1900-2200	3 hrs	城門谷公園手球場	技術訓練	新增訓練
	23-Jun-26 Tue	1900-2200	3 hrs	維多利亞公園手球場	技術訓練	訓練取消
11	25-Jun-26 Thu	1900-2200	3 hrs	黃竹坑游樂場手球場	技術訓練	
12	27-Jun-26 Sat	1500-1800	3 hrs	臨華街遊樂場手球場	技術訓練	
13	29-Jun-26 Mon	1900-2200	3 hrs	秀雅道遊樂場手球場	技術訓練	
			總時數	39 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： 如安排了3小時的訓練，而場地只提供2小時的使用時間，隊伍需於場邊進行適當體能訓練或技術鍛鍊，以完成3小時的訓練。

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。