中國香港手球總會
2017 – 2018 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：15/ 12/ 2017)

第一階段 及 第二階段 訓練時間表 ~ 女子組 G2 深水埗

上課安排或因場地及課程調整有所更改

	No.	日期	時間	場地		No.	日期	時間	場地
G2	1	28-Oct-17 Sat	14:00 - 16:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	G2	1	20-Dec-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
深水埗	2	01-Nov-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	深水埗	2	27-Dec-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	3	04-Nov-17 Sat	14:00 - 16:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		3	28-Dec-17 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
第一	4	08-Nov-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	第二	4	03-Jan-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
階段	5	11-Nov-17 Sat	14:00 - 16:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	階段	5	10-Jan-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	6	15-Nov-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		6	17-Jan-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	7	18-Nov-17 Sat	14:00 - 16:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		7	24-Jan-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	8	22-Nov-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		8	31-Jan-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	9	25-Nov-17 Sat	14:00 - 16:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		9	07-Feb-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	10	29-Nov-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)		10	14-Feb-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	11	13-Dec-17 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (A場)		11	21-Feb-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
	12	14-Dec-17 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (A場)		12	28-Feb-18 Wed	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)

第二階段 訓練學員入選名單 ~ 女子組 G2 深水埗

	教練姓名	No.	學員姓名				
正教	曾靜文	1	胡芷淞				
助教	高梓欣	2	李思穎				
		3	范茜堯				
		4	鄧善珩				
		5	高梓敏				
		6	梁穎翹				
		7	黃綽晞				
		8	黃樂洳				
		9	羅兆貽				
		10	高雪寧				
		11	林嘉穎				