

中國香港手球總會  
2018 - 2019 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：29/11/2018)

第一階段 訓練時間表 ~ 男子組 B5 葵青區

\*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		
B5	1	24-Oct-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)	B5	8	16-Nov-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)
葵青	2	26-Oct-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)	葵青	9	21-Nov-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(1號場)
	3	31-Oct-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)		10	23-Nov-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(1號場)
第一	4	02-Nov-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)	第一	天雨取消	28-Nov-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(1號場)
階段	5	07-Nov-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)	階段	11	30-Nov-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(1號場)
	6	09-Nov-18 Fri	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)		12 (補堂)	05-Dec-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(1號場)
	7	14-Nov-18 Wed	19:00-21:00	興芳路遊樂場手球場(2號場)					

第一階段 訓練學員入選名單 ~ 男子組 B5 葵青區

教練姓名	No.	學員姓名	No.	學員姓名	
正教	覃業恩先生	1	陳永曦	12	陳遠強
助教	林秉均先生	2	陳得嘉	13	黃嘉華
		3	陳子龍	14	林冠煌
		4	蘇俊軒	15	吳樹立
		5	杜德灝	16	梁俊豪
		6	朱浩楠	17	伍進賢
		7	韓學曦	18	何子軒
		8	鄒頌賢	19	鄧俊熹
		9	潘浩桑	20	黃智勇
		10	梁偉雄	21	陳燕南
		11	魏宇峰		