

中國香港手球總會
2018 - 2019 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：19/10/2018)

第一階段 訓練時間表 ~ 女子組 G3 離島/觀塘/九龍城區

*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
G3 1	25-Oct-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	G3 7	15-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
離島 2	30-Oct-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	離島 8	20-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
觀塘 3	01-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	觀塘 9	22-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
九龍城 4	06-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	九龍城 10	27-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
第一 5	08-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	第一 11	29-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
階段 6	13-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	階段 12	04-Dec-18 Tue	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)

第一階段 訓練學員入選名單 ~ 女子組 G3 離島/觀塘/九龍城區

教練姓名	No.	學員姓名	No.	學員姓名
正教	鄧詠心小姐	1 潘芯穎	11 趙穎彤	
		2 余曉晴	12 鍾詠汶	
助教	陳焯琳小姐	3 鄧秀蓮	13 張淳綠	
		4 龍好晴	14 吳游儀	
		5 李鎧汶	15 麥珈瑜	
		6 貝芷彤	16 陳凱潼	
		7 劉麗茵	17 吳心妍	
		8 廖穎希	18 陸韻熹	
		9 何紀澄	19 馬嘉雯	
		10 黃綉航		