

中國香港手球總會
2018 - 2019 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：28/11/2018)

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 8 | 20-Nov-18 Tue | 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 9 | 22-Nov-18 Thu | 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 | 天雨取消 27-Nov-18 Tue | 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 | 29-Nov-18 Thu | 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 | 04-Dec-18 Tue | 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 (補堂) | 06-Dec-18 Thu | 19:00 - 21:00 | 荔枝角公園(第一期)手球場 (B場) |
| 階段 7 | 15-Nov-18 Thu | 19:00 - 21:00 | 荔枝角公園(第一期)手球場 (B場) | 階段 | | | |

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 |
| 助教 陳焯琳小姐 | 2 | 余曉晴 | 12 | 鍾詠汶 |
| | 3 | 鄧秀蓮 | 13 | 張淳綠 |
| | 4 | 龍好晴 | 14 | 吳游儀 |
| | 5 | 李鏗汶 | 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 | | |