

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 G5 沙田/大埔/北區

*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
G5	1	25-Oct-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	G5	7	15-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場
沙田	2	30-Oct-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	沙田	8	20-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場
大埔	3	01-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	大埔	9	22-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場
北區	4	06-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	北區	10	27-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場
第一	5	08-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	第一	11	29-Nov-18 Thu	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場
階段	6	13-Nov-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場	階段	12	04-Dec-18 Tue	19:00 - 21:00	馬鞍山遊樂場手球場

第一階段 訓練學員入選名單 ~ 女子組 G5 沙田/大埔/北區

	教練姓名	No.	學員姓名		No.	學員姓名
正教	梁倩盈小姐	1	陳曉彤		11	陳巧瑩
助教	鄭依琳小姐	2	湯雅藍		12	吳子恩
		3	施欣儀		13	黃翠欣
		4	梁慧婷		14	梁慧敏
		5	彭倩盈		15	黃洛晴
		6	陳焯瑤		16	李紫晴
		7	趙佩雯		17	何昱鋆
		8	陳宛琳		18	黃惠心
		9	何昱瑩		19	方樂童
		10	陳飛燕			