

中國香港手球總會
2018 - 2019 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：9/11/2018)

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	10 陳巧瑩	
		2 湯雅藍	11 吳子恩	
助教	鄭依琳小姐	3 施欣儀	12 黃翠欣	
		4 梁慧婷	13 梁慧敏	
		5 彭倩盈	14 黃洛晴	
		6 趙佩雯	15 李紫晴	
		7 陳沅琳	16 何昱鋆	
		8 何昱瑩	17 黃惠心	
		9 陳飛燕	18 方樂童	