

中國香港手球總會
2018 - 2019 地區手球隊訓練計劃

(更新日期：12/12/2018)

第二階段 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	13-Dec-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	7	24-Jan-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
離島 2	20-Dec-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	8	31-Jan-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
觀塘 3	27-Dec-18 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	9	14-Feb-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
九龍城 4	03-Jan-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	10	21-Feb-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
第二 5	10-Jan-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	11	28-Feb-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)
階段 6	17-Jan-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)	12	07-Mar-19 Thu	19:00 - 21:00	荔枝角公園(第一期)手球場 (B場)

第二階段 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
正教 鄧詠心小姐	1	鍾詠汶
助教 陳焯琳小姐	2	鄧秀蓮
	3	龍好晴
	4	余曉晴
	5	李鎧汶
	6	劉麗茵
	7	潘芯穎
	8	張淳綠
	9	黃綉航
	10	廖穎希
	11	貝芷彤
	12	何紀澄