



中國香港手球總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2024 - 2025 地區手球隊訓練計劃

2024 - 2025 District Handball Teams Training Scheme

報名章程

- (1) 宗旨：
- (a) 提高青少年參與手球運動的興趣及加強他們對地區的歸屬感。
 - (b) 在全港各區提供有系統的手球訓練，以提高地區手球的水平；並成立手球隊，代表所屬區域參加「地區手球隊區際賽」。
 - (c) 透過訓練及區際比賽，發掘有潛質的學員接受進一步的培訓；表現良好的學員更有機會被挑選為本會之青年軍集訓隊。
- (2) 訓練內容：
- (a) 本計劃共設男子隊 9 隊、女子隊 7 隊。男、女子訓練各分兩階段進行；
第一階段： 改進及提高手球基本技術。
第二階段： i. 提高攻防戰術運用的概念；
ii. 加強全隊攻防戰術運用及比賽的訓練。
 - (b) 學員完成首階段訓練，經評核後方可晉升參加下一階段的訓練。
 - (c) 評核內容以學員在手球方面的潛質和技術、上課表現、紀律及出席率為主。
 - (d) 參與首階段訓練的學員如出席率達 80%或以上，而其他各項表現符合要求，可優先考慮晉升上第二階段課程。
 - (e) 晉入第二階段訓練的學員將組成區隊，代表該區參加「地區手球隊區際賽」。
- (3) 對象：
- (a) 歡迎合乎以下年齡組別及具備基本手球技術之男、女子青少年參加：
男、女子組：年齡：11 歲至 15 歲（即 2009 至 2013 年出生）。
 - (b) 為加強對地區的歸屬感，參加者以選擇在其居住/就讀/團體的一個地區參與訓練為優先考慮。
- (4) 選拔資料：
- (a) 參加者須先參與甄選，表現較佳者將獲挑選。
 - (b) 不接受即場報名參加甄選。**
 - (c) 只需參加一節甄選便可。
 - (d) 甄選費用全免。
 - (e) 甄選日期及地點如下：

選擇	日期	開始時間	地點	備註
一	14/9/2024 (六)	09:30	將軍澳體育館	
二	14/9/2024 (六)	14:30	將軍澳體育館	
三	21/9/2024 (六)	09:30	將軍澳體育館	
四	21/9/2024 (六)	14:30	將軍澳體育館	
五	28/9/2024 (六)	09:30	將軍澳體育館	
六	28/9/2024 (六)	14:30	將軍澳體育館	

(甄選時段或有機會更改，如有更改，將另行通知。)

- (5) 上課資料：
- (a) 第一階段訓練 (12 節課) 每班 25 人，訓練時間表詳見附頁。
 - (b) 第二階段訓練 (12 節課) 每班 15 人，訓練時間表詳見附頁。



中國香港手球總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

- (6) 教練： 由中國香港手球總會安排註冊教練任教。
- (7) 訓練費用： (a) 第一階段訓練費用為港幣 200 元正；
(**第一階段訓練費用需於甄選報名時一併繳交，如經遴選後未獲入選者，將退回已遞交之第一階段訓練費用**)
如入選者，支票將會被安排過數及須交回入選通知書。
(b) 晉入第二階段訓練的學員，需繳交第二階段的訓練費用港幣 200 元正。
(c) 劃線支票抬頭：「中國香港手球總會有限公司」，支票背部請寫上參加者姓名、聯絡電話及課程編號。

(8) 甄選截止報名日期： 網上報名由即日起至 2024 年 9 月 5 日(星期四)17:30 或之前止。

- (9) 報名辦法： 請必須填寫**電子報名表**並將報名費之劃線支票（抬頭請寫「中國香港手球總會有限公司」），寄回或親身交回中國香港手球總會，地址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 2007 室，信封面請註明「2024 - 2025 地區手球隊培訓計劃」。
如以其他方式繳付報名費用，本會將每筆費用收取\$100 行政費。資料不全者，恕不受理。本會將不會負責任何郵寄等失誤。郵寄支票者則以戳日期為準。

- (10) 區際賽： 比賽暫定於 2024 年 12 月起舉行（實際比賽日數會因應參加隊數而調節）。

- (11) 獎勵： (a) 出席並完成本訓練的學員，可獲本會頒發出席證書。
(b) 男、女子組賽事設冠、亞、季及殿軍。

- (12) 報名備註： (a) **如提交多於一次電子報名表格，將以最後一次提交的資料為準。**
(b) 如發現申請者資格不符合該班的要求、資料不全者或逾期遞交表格者，主辦機構有權取消該份申請，恕不受理。
(c) 報名一經接納，所繳費用概不退還及不得更改已選擇之課程。
(d) 主辦機構有權要求學員出示有關證明文件之正本或其他相關資料以作核實。
(e) 參加者提供的個人資料，只作報名、統計、日後聯絡、宣傳本會活動及在需要處理退款時作為核實身份之用。有關資料，除獲本會授權職員外，將不會提供予其他人士。若參加者要求更改或索取已申報的個人資料，可與本會職員聯絡。
(f) **訓練學員入選名單將於網上公佈；訓練班最新資訊亦將以網上或短訊發放形式公佈，敬請垂注。**
(g) 甄選時段有機會因應視乎報名人數而調整及更改，請留意本會網頁上最終的公佈及安排。
(h) 上課日期、時間及地點有機會因應課程編排、場地維修、惡劣天氣或其他因素影響而需另作安排，本會不一定因應以上情況而作補課，有關安排需視乎個別場地許可而決定，敬請留意。
(i) 為有效運用資源，本會可因應實際報名情況而調整各組別的參加資格及收生條件。
(j) 所有參加者必須遵守大會所制定的各項規則及編排。本章程如有未盡善處，本會有權對課程安排及內容作出修改，不得異議。
(k) 本課程一經開展，如因任何原因未能完成全部課節，本會將不會安排退款或補堂。



中國香港手球總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

- (l) 本會保留入選名單的最後決定權。
- (m) 如獲取錄後自行退出或取消參加，所有已繳交的報名費費用恕不退回。

- (13) 學員注意事項：
- (a) 各學員須穿著整齊運動服裝上課。
 - (b) 各學員如有需要，請自行購買個人意外保險，以作保障。
- (14) 惡劣天氣指引：詳情請參閱本會網頁 (<http://www.handball.org.hk/>)。
- (15) 學員健康指引：各學員應定期自行量度體溫，注意自己的身體狀況，如感到不適，或出現傳染病病徵，如發燒、呼吸道徵狀（如咳嗽、流鼻水、喉嚨痛）、紅眼症、紅疹、皮膚破損等，應避免前往球場上課，及儘早求醫。不應勉強參與課堂。
- (16) 個人資料收集聲明：
- (a) 你在報名表所填報的個人及其他有關的資料，會供本會作報名參加活動等相關的用途，在報名表所提供個人及有關的資料純屬自願。所提交的有關資料，只限獲本會授權人員或法令要求的人員方可查閱。然而，如果你沒有提供足夠和正確的資料，本會可能無法處理你的要求。
 - (b) 資料轉介：本會可能會把你提供的資料提供給其他部門／組織／人士按有關條例及／或章程作報名、競賽及活動有關等的用途。如果你不想把你提供的資料提供及其他部門／組織／人士，請以書面向本會提出。除此以外，資料只會於你同意作出該種披露或作出該種披露是《個人資料(私隱)條例》所允許的情況下，才向有關方面披露。
 - (c) 索閱個人資料：根據個人資料(私隱)條例內所載的條款，你有權查閱及修正你的個人資料，包括索取你所提供的資料副本。在索取個人資料的副本時，該等要求應以書面向本會提出，並可能須繳交費用。如欲查詢有關你所提供的個人資料，請聯絡中國香港手球總會秘書處（電郵：info@handball.org.hk 或傳真：2577 5570）。

注意事項： 如課堂因天氣或其他原因而需要取消，將不設補堂。
所有已交的報名費用亦不設退款。

本會會址：香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑一號奧運大樓 2007 室
查詢電話：2504-8119 傳真：2577-5570
網址：www.handball.org.hk 電郵：info@handball.org.hk



中國香港手球總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2024 - 2025 地區手球隊訓練計劃

2024 - 2025 District Handball Teams Training Scheme

~ 男子組 - 訓練時間表 ~

(每區每階段各有 12 節課)

課程編號	第一階段		第二階段		第一、二階段地點
	日期	時間	日期	時間	
B1 中西/ 灣仔/東區/ 南區	16, 18, 23, 25, 30/10/2024 & 1, 6, 8, 13, 15, 20, 22/11/2024	1900-2100 (三、五)	6, 13, 20, 27/12/2024 3, 10, 17, 24/1/2025 7, 14, 21, 28/2/2025	1900-2100 (五)	灣仔公園 手球場
B2 觀塘	16, 18, 23, 25, 30/10/2024 1, 6, 8, 13, 15, 20, 22/11/2024	1900-2100 (三、五)	6, 13, 20, 27/12/2024 3, 10, 17, 24/1/2025 7, 14, 21, 28/2/2025	1900-2100 (五)	秀雅道遊樂場 1 號手球場
B3 深水埗/ 油尖旺/黃大 仙	14, 16, 21, 23, 28, 30/10/2024 & 4, 6, 11, 13, 18, 20/11/2024	1900-2100 (一、三)	2, 9, 16, 23, 30/12/2024 6, 13, 20, 27/1/2025 3, 10, 17/2/2025	1900-2100 (一)	荔枝角公園 (第一期)手球場(A場)
B4 離島/ 九龍城	15, 17, 22, 24, 29, 31/10/2024 & 5, 7, 12, 14, 19, 21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5, 12, 19, 26/12/2024 2, 9, 16, 23/1/2025 6, 13, 20, 27/2/2025	1900-2100 (四)	荔枝角公園 (第一期)手球場(A場)
B5 葵青	15, 17, 22, 24, 29, 31/10/2024 & 5, 7, 12, 14, 19, 21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5, 12, 19/12/2024 2, 9, 16, 23/1/2025 6, 13, 20, 27/2/2025 6/3/2025	1900-2100 (三)	興芳路 遊樂場手球場 (1 號場)
B6 北區	14, 16, 21, 23, 28, 30/10/2024 & 4, 6, 11, 13, 18, 20/11/2024	1900-2100 (一、三)	5, 12, 19/12/2024 3, 10, 17, 24/1/2025 28/2/2025 7, 14, 21, 28/3/2025	1900-2100 (四、五)	北區公園 手球場
B7 沙田/西貢/ 大埔	14, 15, 16, 18, 22, 25, 29, 30/10/2024 1, 8, 20, 26/11/2024	1900-2100 (一、二、 三、五)	6, 13, 20, 27/12/2024 2, 3, 9, 10/1/2025 7, 14, 21, 27/2/2025	1900-2100 (四、五)	源禾遊樂場 手球場(1 號場)
B8 荃灣	16, 18, 23, 25, 30/10/2024 & 1, 6, 8, 13, 15, 20, 22/11/2024	1900-2100 (三、五)	6, 13, 20, 27/12/2024 3, 10, 17, 24/1/2025 7, 14, 21, 28/2/2025	1900-2100 (五)	城門谷公園 硬地七人足球場
B9 屯門/元朗	16, 18, 23, 25, 30/10/2024 & 1, 6, 8, 13, 15, 20, 22/11/2024	1900-2100 (三、五)	4, 6, 11, 13, 18, 20, 27/12/2024 7, 12, 14, 21, 26/2/2025	1900-2100 (三、五)	東頭工業區 遊樂場

*以上階段之訓練時段只供參考，實際日期或有機會更改；如有更改，將於本會網頁上更新，敬希垂注。



中國香港手球總會 主辦



康樂及文化事務署 資助

2024 - 2025 地區手球隊訓練計劃 2024 - 2025 District Handball Teams Training Scheme

~ 女子組 - 訓練時間表 ~

(每區每階段各有 12 節課)

課程編號	第一階段		第二階段		第一、二階段 地點
	日期	時間	日期	時間	
G1 中西/ 灣仔/東區/ 南區	15,17,29,31/10/2024 & 5,7,12,14,19,21,26,28/11/2024	1900-2100 (二、四)	5,12,19/12/2024 9,16,23/1/2025 6,13,20,27/2/2025 6,13/3/2025	1900-2100 (四)	維多利亞公園 手球場
G2 深水埗	15,17,22,24,29,31/10/2024 & 5,7,12,14,19,21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5,12,19,26/12/2024 2,9,16,23/1/2025 6,13,20,27/2/2025	1900-2100 (四)	荔枝角公園 (第一期)手球場 (B場)
G3 黃大仙/ 油尖旺/西貢	15,17,22,24,29,31/10/2024 & 5,7,12,14,19,21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5,12,19/12/2024 2,9/1/2025 6,13,20,27/2/2025 6,13,20/3/2025	1900-2100 (四)	寶康公園 五人硬地足球場 兼手球場 1 號
G4 離島/ 觀塘/九龍城	14, 16, 21, 23, 28, 30/10/2024 & 4, 6, 11, 13, 18, 20/11/2024	1900-2100 (一、三)	2, 9, 16, 23, 30/12/2024 6, 13, 20, 27/1/2025 3, 10, 17/2/2025	1900-2100 (一)	荔枝角公園 (第一期)手球場 (B場)
G5 葵青/荃灣	15,17,22,24,29,31/10/2024 & 5,7,12,14,19,21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5,12,19/12/2024 2,9,16,23/1/2025 6,13,20,27/2/2025 6/3/2025	1900-2100 (四)	石排街公園 手球場
G6 沙田/ 大埔/北區	16,18,23,25,30/10/2024 & 1,6,8,13,15,20,22/11/2024	1900-2100 (三、五)	6,13,20,27/12/2024 3,10,17,24/1/2025 7,14,21,28/2/2025	1900-2100 (五)	馬鞍山遊樂場 手球場
G7 屯門/元朗	15,17,22,24,29,31/10/2024 & 5,7,12,14,19,21/11/2024	1900-2100 (二、四)	5,12,19/12/2024 2,9,16,23/1/2025 6,13,20,27/2/2025	1900-2100 (四)	新和里遊樂場 手球場

*以上階段之訓練時段只供參考，實際日期或有機會更改；如有更改，將於本會網頁上更新，敬希垂注。