

中國香港手球總會
香港男子U12手球集訓隊時間表 (2023年3月)

(更新日期：2023.03.27)

| | 日期 | 時間 | 時數 | 場地 | 內容 | 備註 |
|----------|---------------|-----------|--------|------------|------|-----------------|
| 1 | 02-Mar-23 Thu | 1830-2030 | 2 hrs | 佛光街遊樂場手球場 | 技術訓練 | 用場時間由1900開始 |
| | 04-Mar-23 Sat | 1000-1200 | 2 hrs | 摩頓臺遊樂場手球場 | 技術訓練 | 訓練取消 |
| 2 | 09-Mar-23 Thu | 1830-2030 | 2 hrs | 荔枝角公園1號手球場 | 技術訓練 | 用場時間由1900開始 |
| | 11-Mar-23 Sat | 1000-1200 | 2 hrs | 摩頓臺遊樂場手球場 | 技術訓練 | 訓練取消 |
| 3 | 16-Mar-23 Thu | 1830-2030 | 2 hrs | 荔枝角公園1號手球場 | 技術訓練 | 用場時間由1900開始 |
| 4 | 23-Mar-23 Thu | 1830-2030 | 2 hrs | 佛光街遊樂場手球場 | 技術訓練 | 用場時間由1900開始 |
| 5 | 25-Mar-23 Sat | 1000-1200 | 2 hrs | 摩頓臺遊樂場手球場 | 技術訓練 | |
| | 27-Mar-23 Mon | 1830-2030 | 2 hrs | 摩頓臺遊樂場手球場 | 技術訓練 | 訓練取消(用場時間至2000) |
| | | 總時數 | 10 hrs | | | |

備註1： 入選運動員必須按照上列集訓時間表出席訓練，並須準時到達場地及穿著合適運動服裝進行集訓。

備註2： 訓練時間有機會因實際情況而再作調整

備註3： 各運動員如有需要，請自行購買個人意外保險，以作保障。

備註4： 請注意來往場地的安全，本會並不負責因出席有關活動而引起的任何傷亡事故。

備註5： 場地使用時間外的訓練，請於場邊進行練習。

備註6： 部份場地只提供2小時，隊伍需於場邊進行適當體能訓練或技術鍛鍊，以完成3小時訓練。

備註7： 如兩隊同時於同一場地進行訓練，請各教練互相協調，盡用空間。