

中國香港手球總會
香港男子U15手球集訓隊時間表 (2022年7月)

(更新日期：2022.07.04)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
	02-Jul-22 Sat	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	天雨關係取消
1	07-Jul-22 Thu	2000-2200	2 hrs	石排街公園手球場	技術訓練	
2	09-Jul-22 Sat	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
3	14-Jul-22 Thu	2000-2200	2 hrs	石排街公園手球場	技術訓練	
4	16-Jul-22 Sat	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
5	21-Jul-22 Thu	2000-2200	2 hrs	石排街公園手球場	技術訓練	
6	22-Jul-22 Fri	1900-2200	3 hrs	彩虹道遊樂場手球場	技術訓練	新增訓練
7	23-Jul-22 Sat	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
8	28-Jul-22 Thu	2000-2200	2 hrs	石排街公園手球場	技術訓練	
9	30-Jul-22 Sat	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
		總時數	23 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。