

中國香港手球總會  
香港男子U13手球集訓隊時間表 (2023年9月)

(更新日期：2023.09.12)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
<b>1</b>	06-Sep-23 Wed	1800-2000	2 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	
	10-Sep-23 Sun	1600-1900	3 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消
	13-Sep-23 Wed	1800-2000	2 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消
<b>2</b>	16-Sep-23 Sat	1200-1500	3 hrs	兆麟體育館	技術訓練	新增訓練
	17-Sep-23 Sun	0900-1200	3 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	訓練取消
<b>3</b>	18-Sep-23 Mon	1930-2130	2 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	新增訓練(用場時間由2000開始)
	20-Sep-23 Wed	1800-2000	2 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消
<b>4</b>	22-Sep-23 Fri	1800-2000	2 hrs	摩頓臺遊樂場手球場	技術訓練	新增訓練
<b>5</b>	24-Sep-23 Sun	0900-1200	3 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
	27-Sep-23 Wed	1800-2000	2 hrs	佛光街遊樂場手球場	技術訓練	訓練取消
<b>6</b>	30-Sep-23 Sat	1000-1200	2 hrs	摩頓臺遊樂場手球場	技術訓練	新增訓練(用場時間至1100)
		總時數	14 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： 如安排了3小時的訓練，而場地只提供2小時的使用時間，隊伍需於場邊進行適當體能訓練或技術鍛鍊，以完成3小時的訓練。

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。