

中國香港手球總會
香港男子U13手球集訓隊時間表 (2025年7月)

(更新日期：2025.07.23)

	日期	時間	時數	場地	內容	備註
1	02-Jul-25 Wed	1815-2045	2.5 hrs	荃灣聖芳濟中學(備註8)	技術訓練	
2	04-Jul-25 Fri	1800-2100	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	
3	06-Jul-25 Sun	0900-1200	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	
	08-Jul-25 Tue	1830-2100	2.5 hrs	九龍公園體育館	技術訓練	訓練取消
4	09-Jul-25 Wed	1815-2045	2.5 hrs	荃灣聖芳濟中學(備註8)	技術訓練	
5	13-Jul-25 Sun	0900-1200	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	
6	16-Jul-25 Wed	1815-2045	2.5 hrs	荃灣聖芳濟中學(備註8)	技術訓練	
	19-Jul-25 Sat	1730-2030	3 hrs	沙田馬場波地手球場(備註9)	技術訓練	訓練取消
7	22-Jul-25 Tue	1800-2000	2 hrs	荔枝角公園1號手球場	技術訓練	
8	23-Jul-25 Wed	1815-2045	2.5 hrs	荃灣聖芳濟中學(備註8)	技術訓練	
9	26-Jul-25 Sat	0900-1100	2 hrs	石硤尾公園體育館	技術訓練	
10	27-Jul-25 Sun	0900-1200	3 hrs	何文田公園手球場	技術訓練	
11	30-Jul-25 Wed	1815-2045	2.5 hrs	荃灣聖芳濟中學(備註8)	技術訓練	
		總時數	28.5 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。

備註8：詳細地址為荃灣鹹田街60-64號。

備註9：詳細地址為沙田馬場第二座看台二樓平台廣場。