

## 2014-15年度青苗籃球培訓計劃 (第三階段)訓練時間表

中国   中国   中国   中国   中国   中国   中国   中国	地區	訓練場地	班別	<u>(第三階段)訓練時間表</u> 日期	星期	時間
中西	邓山西	训练场地				
世 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	屯門	良田體育館	A1			
古						
			B1		二/五	1930 - 2100
養育         青衣體育館         大 1700-1830 月1, 3, 6目         大 1830-2000 大 1830-2000 大 1830-2000         大 1830-2000 大 1830-2000 大 1830-2000         大 1830-2000 大 1830-200 大				8月1日	六	1830 - 2000
奏青         青衣體育館         7月6, 9, 11, 13, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30日 8月1, 3, 6日 7月21, 24, 26, 28日 7月3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 29日 8月2, 5日 7月24, 31日 第21, 24, 26, 28日 月24, 31日 第21, 24, 26, 28日 月24, 31日 8月2, 5日 7月24, 31日 第21, 24, 26, 28日 月300-2000 8月2, 5日 7月24, 31日 月24, 31日 第21, 24, 25, 28, 31日 8月2, 26         五 1800-1930 1930 2100 1830 2200 18月30 2200 18月30 2200 18月4, 4, 7日 8月9, 26, 27日 7月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日 8月9, 26, 27日 7月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日 8月9, 26, 27日 7月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日 8月9, 26, 27日 7月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日 8月9, 21, 23, 26, 28, 30日 7月3, 5, 7, 10, 12, 14, 17, 19, 21, 24, 28, 31日 8月2日 1700・1830 1730 1430 1430 1430 1430 1430 1430 1430 14	葵青	青衣體育館	C1	6月15. 18. 22. 25. 27. 29日		
沙田         美林體育館         2         6月17, 19, 21, 24, 26, 28日 7月3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 29日 月2, 5日 7月24, 31日 五 1800 - 1930 日 1700 - 1830 月32, 5 日 1830 - 2000 日 1830 -				7月6, 9, 11, 13, 16, 18, 20, 23, 25, 27, 30日		
沙田       美林體育館       A2       2717,19,21,24,26,28目 7月3,5,8,10,12,15,17,19,22,29日 8月2,5日 7月34,31日						
接林體育館   A2						
沙田   原名   原子   原子   原子   原子   原子   原子   原子	沙田	美林體育館	Δ2	6月17, 19, 21, 24, 26, 28日	二 / 九	1800 - 1930
美林體育館       B3       6月17, 19, 21, 24, 26, 28目       三/五       1930 - 2100         開經體育館       7月3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 29日       日       1830 - 2000         將軍澳體育館       6月19, 26, 27日       五       1800 - 1930         // 17, 19, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1800 - 1930         // 17, 19, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1800 - 1930         // 18, 14, 7日       6月16, 23, 30日       二       1800 - 1930         // 19, 26, 27日       五       1930 - 2100         // 19, 26, 27日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 28, 30日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 28, 30日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 24, 28, 31日       1930 - 2100       二         // 19, 21, 24, 28, 31日       1930 - 2100       二         // 19, 24, 24, 25, 28, 30日       1930 - 2100       二         // 19, 24, 24, 25, 28, 30日       1930 - 2100					日	1700 - 1830
美林體育館       B3       6月17, 19, 21, 24, 26, 28目       三/五       1930 - 2100         開經體育館       7月3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 29日       日       1830 - 2000         將軍澳體育館       6月19, 26, 27日       五       1800 - 1930         // 17, 19, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1800 - 1930         // 17, 19, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1800 - 1930         // 18, 14, 7日       6月16, 23, 30日       二       1800 - 1930         // 19, 26, 27日       五       1930 - 2100         // 19, 26, 27日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       五       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 28, 30日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 23, 25, 28, 30日       二       1930 - 2100         // 19, 21, 24, 28, 31日       1930 - 2100       二         // 19, 21, 24, 28, 31日       1930 - 2100       二         // 19, 24, 24, 25, 28, 30日       1930 - 2100       二         // 19, 24, 24, 25, 28, 30日       1930 - 2100		顯徑體育館		7月24, 31日	五	1800 - 1930
養林體育館   B3			R3	6月17, 19, 21, 24, 26, 28日	三/五	1930 - 2100
上美非路體育館   大変				7月3, 5, 8, 10, 12, 15, 17, 19, 22, 29日	日	1830 - 2000
勝軍演體育館   17月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日   1900 - 2030   18月*1, 4, 7日   1900 - 2030   1930 - 2100   18月*1, 4, 7日   1900 - 2030   1930 - 2100   18月*1, 4, 7日   1800 - 1930   18月*1, 4, 7月*1, 11, 12, 14, 18, 19, 21, 25, 28日   1800 - 1930   18月*1, 4, 6日   18月*1, 4, 6日   18月*1, 4, 6日   18月*1, 4, 6日   18月*1, 4, 7月*1, 19月*1, 19月		顯徑體育館		7月24, 31日		1930 - 2100
近口體育館		將軍澳體育館			五	1800 - 1930
近口體育館			C2		一/二/四/六/日	1900 - 2030
接口體育館   日本						1300 - 1430
下海   下海   下海   下海   下海   下海   下海   下海		坑口體育館				1800 - 1930
将軍澳體育館	西貢		B4	6月19, 26, 27日 7月2, 3, 5, 6, 10, 18, 21, 24, 25, 28, 31日	Fi.	1930 - 2100
接方性   接方性   大田   大田   大田   大田   大田   大田   大田   大						
黄大仙       摩士公園體育館       A3 6月16, 19, 21, 23, 26, 28, 30日 7月3, 5, 7, 10, 12, 14, 17, 19, 21, 24, 28, 31日 8月2日       二/五 1900 - 2030 日 1700 - 1830 二/五 2030 - 2200 日 1830 - 2000 日 1800 - 1930 三 1300 - 1430 日 1100 - 1230 三 1300 - 1430 日 1100 - 1230 三 1400 三 1230 - 1400 三 1230 三 1400 三 1230 - 1400 三 1230 - 1400 三 1230 三 1400 三 1230 三 1400 三 1230 三 1400 三 1230 三 1200 三 1200 三 1230 三 1200					*六	1430 - 1600
黄大仙     摩士公園體育館     A3     6月16, 12, 21, 23, 20, 20, 30 日     日 1700 - 1830       B5     8月2日     日 1830 - 2000       日 1830 - 2000     日 1830 - 2000       日 1830 - 2000     日 1830 - 2000       日 1830 - 1930     日 1800 - 1930       大 1300 - 1430     日 1100 - 1230       日 1930 - 2100     日 1230 - 1400       日 1230 - 1400     日 1230 - 1400       日 1230 - 1400     日 1500 - 1630       大 1400 - 1530     日 1500 - 1630       大 1400 - 1530     日 1500 - 1630       大 1530 - 2100     大 1630 - 2000       大 1830 - 2000     大 1830 - 2000       東大 1830 - 2000     十 1830 - 1930       東方 1830 - 1930     十 1830 - 2000       東方 1830 - 1930     十 1830 - 1930       東方 1830 - 1930     1 1800 - 1930       東方 1830 - 2000     1 1830 - 1930       東方 1830 - 2000     1 1800 - 1930       東方 1930 - 2100     1 1800 - 1930       東方		坑口體育館		6月16, 23, 30日		1930 - 2100
黄大仙     摩士公園體育館       B5     7月3,5,7,10,12,14,17,19,21,24,28,31日 8月2日     1700-1830 2000 2000 2000 2000 2000 2000 2000 2	黃大仙	摩士公園體育館	А3	6月16, 19, 21, 23, 26, 28, 30日		
B5   8月2日			113			
大学   では、			B5			
展外 長沙灣體育館 日本						
展が 長沙灣體育館		長沙灣體育館	C3	7月4, 5, 7, 11, 12, 14, 18, 19, 21, 25, 28日		
大学   1930 - 2100   1930 -						
中西區   士美非路體育館     大	深水埗				1	
世内国			В6		六	
中西區 士美非路體育館						
中西區 士美非路體育館  士美非路體育館  B7  6月16, 18, 21, 23, 25, 28, 30日 7月2, 4, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30日 8月*1, 4, 6日  A4  6月15, 17, 21, 22, 24, 28, 29日 7月3, 5, 10, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 27, 29日  B8  B8  6月16, 18, 21, 23, 25, 28, 30日    日	中西區	士美非路體育館		7月2, 4, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30日	二/四	1800 - 1930
中西區 士美非路體育館			C4			
中西區     士美非路體育館       7月2, 4, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30日       8月*1, 4, 6日       第十       1530 - 1700       日       1630 - 1800       *六       1830 - 2000       *六       1830 - 2000       *六       1830 - 2000       *六       1800 - 1930       日       1600 - 1730       日       1600 - 1730       -三五       1930 - 2100						
B7     8月*1, 4, 6日     二月     1930 - 2100       六     1530 - 1700     日     1630 - 1800       米六     1830 - 2000       *六     1800 - 1930       日     1600 - 1730       日     1600 - 1730       日     1600 - 1730       日     1930 - 2100						
南區     黄竹坑體育館       A4     6月15, 17, 21, 22, 24, 28, 29日       7月3, 5, 10, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 27, 29日       88     9月2, 5月       1530-1700       1830 - 2000       1830 - 2000       1800 - 1930       1800 - 1730       1930 - 2100			В7			
南區     本     1830 - 2000       南區     A4     6月15, 17, 21, 22, 24, 28, 29日     一三五     1800 - 1930       7月3, 5, 10, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 27, 29日     日     1600 - 1730       B8     8月2, 5日     一三五     1930 - 2100						
南區     責竹坑體育館       A4     6月15, 17, 21, 22, 24, 28, 29日     -三五     1800 - 1930       7月3, 5, 10, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 27, 29日     -三五     1930 - 2100						
南區 黄竹坑體育館 7月3, 5, 10, 12, 13, 15, 19, 20, 22, 27, 29日 日 1600 - 1730				сП. т. п. от	_===	
<b>開區</b>   寅门玑臆 <b>月</b> 語			A4			
	南區	黄竹坑體育館	Do			
			R8	8月3,5日		