

**2016 - 2017 地區籃球隊訓練計劃
第二級別訓練時間表**

訓練地區	日期	星期	地點
東區	12月13, 20日 1月3, 10, 17, 24日 2月7, 14, 21, 28日 3月7, 14, 21, 28日	二:7-9pm	港島東體育館
南區	12月7, 14日 1月4, 11, 18, *21, 25日 2月*4, 8, 15, 22日 3月1, 8, *11日	三/7-9pm *六/6-8pm	鴨利洲體育館
中西區	12月8, *13, 15, *20, 22日 1月*3, 5, 12, 19日 2月2, 9, 16, 23日 3月*7日	*二/四: 7-9pm	士美非路體育館
灣仔	12月13, *17, 20日 1月3, 10, *14, 17, 24日 2月7, 14, *18, 21, 28日 3月7日	二: 8-10pm *六: 6-8pm	港灣道體育館
觀塘	12月13, 20, *23日 1月3, 10, 17, 24日 2月7, 14, 21, 28日 3月*5, 7, 14日	二/*五:7-9pm ^日:3-5pm	九龍灣體育館
九龍城	12月9, 16, 23日 1月6, 13, 20日 2月3, 10, 17, 24, ^26日 3月3, 10, 17日	五:7-9pm ^日:3-5pm	土瓜灣體育館
黃大仙	12月7, 14, 21, 28日 1月4, 11, 18, 25日 2月1, 8, *11, 15, 22日 3月1, 8日	三:7-9pm *六: 2-4pm	彩虹道體育館
油尖旺	12月8, 15, *20, 22日 1月5, 12, 19, 24日 2月2, 9, 16, 23日 3月2, 9日	*二/四: 7-9pm	大角咀體育館
深水埗	12月8, 15, 22日 1月5, 12, 19, *24日 2月2, 9, 16, 23日 3月2, 9, 16日	*二/四: 7-9pm	北河街體育館
沙田	12月*7, 9, *14, 23日 1月*4, *11, *18, 20日 2月3, *8, *22#日 3月*1#, *8#, ^16#日	*三/^四/五: 8-10pm	美林體育館/ 顯徑體育館#
大埔	12月7, ^10, 14, 21日 1月4, 11, 18日 2月^4, 8, 15, 22日 3月1, 8, 15日	三/7-9pm ^六/6-8pm	富亨體育館
北區	12月8, 15, 22日 1月5, 12, 19, 26日 2月2, 9, 16, 23日 3月2, 9, *22日	四:7-9pm *三:8-10pm	保榮路體育館
西貢	12月9, 16, 23日 1月#3, 6, 13, 20, #24日 2月3, 10, 17, 24日 3月3, 10日	#二/五: 7-9pm	將軍澳體育館
葵青	12月^7, 12, 19日 1月^4, 9, 16, 23日 2月#2, 6, 13, 20, 27日 3月6, 13日	一/^三/#四:7- 9pm	北葵涌鄧肇堅體育館 ^#大窩口體育館
荃灣	12月9, 16, 23日 1月6, 13, 20日 2月3, 10, 17, 24日 3月3, 6, 10, 13日	一/五:7-9pm	楊屋道體育館
屯門	12月13, *15, 20, *22日 1月3, 10, 17, 24日 2月7, 14, 21, 28日 3月7, *9日	二/*四: 7- 9pm	良田體育館
元朗	12月8, 15, 22日 1月5, 12, 19日 2月2, 9, *13, 16, *20, 23日 3月2, 9日	*一/四: 8-10pm	天暉路體育館
離島	12月7, 9, 14, 16, 23日 1月4, 6, 11, 13, 18, 20日 2月3, 8, 10日	三/五: 7-9pm	東涌文東路體育館