

## 2023 青苗各區訓練時間表 (第三階段)

修訂於 30/8/2023

時間及地點或需因應課程編排、場館維修或其他原因影響而作出相應調動或安排，如有更改將另行公布。

地點	組別	階段/期數	訓練日期	時間
柴灣體育館 (CW)	A1 & B1	3.1	2023/ 8 月 24,26,29,31 2023/ 9 月 2,5,7,9,12,14	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1700 - 1900
		3.2	2023/ 9 月 16,19,21,23,26,28 2023/ 10 月 3,5,7,10	
		3.3	2023/ 10 月 12,14,17,19,21,24,26,28,31 2023/ 11 月 2	
		3.4	2023/ 11 月 7,9,11,14,16, 18,21,23,25,28	
港灣道體育館 (WC)	A1 & B1	3.1	2023/ 8 月 29,31 2023/ 9 月 2,5,7,9,12,14,16,19	星期二 / 1800 - 2000 星期四 / 1800 - 2000 星期六 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 9 月 21,23,26,28 2023/ 10 月 3,5,7,10,12,14	
		3.3	2023/ 10 月 17,19,21,24,26,28,31 2023/ 11 月 2,7,9	
		3.4	2023/ 11 月 11,14,16,18,21,23,25,28,30 2023/ 12 月 5	
順利邨體育館 (KT)	A3 & B3	3.1	2023/ 8 月 29,31 2023/ 9 月 2,5,7,9,12,14,16,19	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 9 月 21,23,26,28 2023/ 10 月 3,5,7,10,12,14	
		3.3	2023/ 10 月 17,19,24,26,28,31 2023/ 11 月 2,7,9,11	
		3.4	2023/ 11 月 14,16,18,21,23,25,29,28,30 2023/ 12 月 5,7	
何文田體育館 (HMT)	A4 & B4	3.1	2023/ 9 月 12,14,16,19,21,23,26,28 2023/ 10 月 3,5	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1500 - 1700
		3.2	2023/ 10 月 7,10,12,14,17, 19,21,24,26,28	
		3.3	2023/ 10 月 31 2023/ 11 月 2,7,9,11,14,16,18,21,23	
		3.4	2023/ 11 月 25,28,30 2023/ 12 月 5,7,12,14,19,21,23	

## 2023 青苗各區訓練時間表 (第三階段)

修訂於 30/8/2023

時間及地點或需因應課程編排、場館維修或其他原因影響而作出相應調動或安排，如有更改將另行公布。

地點	組別	階段/期數	訓練日期	時間
<b>源禾路 體育館 (ST)</b>	<b>A5 &amp; B5</b>	3.1	2023/ 10 月 4,7,9,11 14,16,18,21	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 10 月 25,28,30 2023/ 11 月 1,6,8,11,13	
		3.3	2023/ 11 月 15,18,20,22,25,27,29 2023/ 12 月 4	
		3.4	2023/ 12 月 6,9,11,13 18,23,27,30	
<b>大埔墟 體育館 (TPH)</b>	<b>A6 &amp; B6</b>	3.1	2023/ 9 月 6,9,11,13,16, 18,20,23,25,27	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 10 月 4,7,9,11,14, 16,18,21,25,28	
		3.3	2023/ 10 月 30 2023/ 11 月 1,6,8,11,13,15,18,20,22	
		3.4	2023/ 11 月 25,27,29 2023/ 12 月 4,6,9,11,13,16,18	
<b>楊屋道 體育館 (TW)</b>	<b>A7 &amp; B7</b>	3.1	2023/ 9 月 12,14,17,19,21,23,26,28,30 2023/ 10 月 3	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 星期日 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 10 月 5,7,10,12,14, 17,19,21,24,26	
		3.3	2023/ 10 月 28,31 2023/ 11 月 2,7,9,11,14,16,19,21	
		3.4	2023/ 11 月 23,26,28,30 2023/ 12 月 3,5,7,10,12,14	
<b>大興 體育館 (TM)</b>	<b>A8 &amp; B8</b>	3.1	2023/ 9 月 2,4,6,9,11, 13,16,18,20,23	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 星期日 / 1600 - 1800
		3.2	2023/ 9 月 25,27 2023/ 10 月 4,9,11,15,16,18,25,29	
		3.3	2023/ 10 月 30 2023/ 11 月 1,6,8,13,15,18,25,27,29	
		3.4	2023/ 12 月 4,6,11,13,18, 20,23,27,30	