

2024 青苗各區訓練時間表 (第三階段)

修訂於 24/9/2024

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	2024/ 8 月 29,31	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1700 - 1900 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
			2024/ 9 月 3,5,7,10,12,14,19,21	
		3.2	2024/ 9 月 24,26,28	
			2024/ 10 月 3,5,8,10,12,15,17	
3.3	2024/ 10 月 19,22,24,29,31			
	2024/ 11 月 2,5,7,9,12,14			
3.4	2024/ 11 月 16,19,21,23,26,28			
	2024/ 12 月 3,5,7,10			
港灣道體育館 (WC)	A1 & B1	3.1	2024/ 8 月 29,31	星期二 / 1800 - 2000 星期四 / 1800 - 2000 星期六 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
			2024/ 9 月 3,5,7,10,12,14,19,21	
		3.2	2024/ 9 月 24,26,28	
			2024/ 10 月 3,5,8,10,12,15,17	
3.3	2024/ 10 月 22,24,26,29,31			
	2024/ 11 月 2,5,7,9,12			
3.4	2024/ 11 月 14,16,19,21,23,26,28			
	2024/ 12 月 3,5,7			
順利邨體育館 (KT)	A3 & B3	3.1	2024/ 8 月 31	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
			2024/ 9 月 3,5,7,10,12,14,19,21,24	
		3.2	2024/ 9 月 26,28	
			2024/ 10 月 3,5,8,10,12,15,17,22	
3.3	2024/ 10 月 24,26,29,31			
	2024/ 11 月 2,5,7,9,12,14			
3.4	2024/ 11 月 16,19,21,23,26,28			
	2024/ 12 月 3,5,7,10			
何文田體育館 (HMT)	A4 & B4	3.1	2024/ 9 月 14,19,21,24,26,28	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1500 - 1700 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
			2024/ 10 月 3,5,8,10	
		3.2	2024/ 10 月 12,15,17,19,22,24,26,29,31	
			2024/ 11 月 2	
3.3	2024/ 11 月 5,7,9,12,14,			
	16,19,21,23,26			
3.4	2024/ 11 月 28			
	2024/ 12 月 3,5,7,10,12,14,17,19,21			

2024 青苗各區訓練時間表 (第三階段)

修訂於 24/9/2024

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
源禾路 體育館 (ST)	A5 & B5	3.1	2024/ 9 月 25,28,30 2024/ 10 月 2,5,7,9,12,14,16	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
		3.2	2024/ 10 月 19,21,23,26,28,30 2024/ 11 月 2,4,6,9,11	
		3.3	2024/ 11 月 13,16,18,20,23,25,27 2024/ 12 月 2,4,7	
		3.4	2024/ 12 月 9,11,14,16,18,21,23,28,30	
大埔墟 體育館 (TPH)	A6 & B6	3.1	2024/ 9 月 7,9,11,14,16, 21,23,25,28,30	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
		3.2	2024/ 10 月 2,5,7,9,12, 14,16,19,21,23,26	
		3.3	2024/ 10 月 28,30 2024/ 11 月 2,4,6,9,11,13,16,18	
		3.4	2024/ 11 月 20,23,25,27 2024/ 12 月 2,4,7,9,11,14	
楊屋道 體育館 (TW)	A7 & B7	3.1	2024/ 8 月 24,27,29 2024/ 9 月 3,5,7,10,12,14,19	星期二 / 1900 - 2100 星期四 / 1900 - 2100 星期六 / 1700 - 1900 星期日 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
		3.2	2024/ 9 月 22,24,26,29 2024/ 10 月 3,5,8,10,12,15	
		3.3	2024/ 10 月 17,19,22,24,27,29,31 2024/ 11 月 3,5,7,10	
		3.4	2024/ 11 月 12,14,17,19,21,24,26,28 2024/ 12 月 1,3	
大興 體育館 (TM)	A8 & B8	3.1	2024/ 9 月 2,4,7,9,11, 14,16,21,23,25	星期一 / 1900 - 2100 星期三 / 1900 - 2100 星期六 / 1600 - 1800 19-20/10 青苗甄選 30/11 青苗區際賽決賽日
		3.2	2024/ 9 月 28,30 2024/ 10 月 2,5,7,9,12,14,16,19,21	
		3.3	2024/ 10 月 23,26,28,30 2024/ 11 月 2,4,6,9,11,13	
		3.4	2024/ 11 月 16,18,20,23,25,27 2024/ 12 月 2,4,7,9	