

賽馬會青少年足球發展計劃 - 訓練項目 2022/23  
地區隊 / 青苗 / 幼苗 (甄選及訓練時間表)

油尖旺

組別	活動	場地	日期 (2022年)	日期 (2023年)	時間 (星期)	
					16 歲以下組別	18 歲以下組別
U16, U18	甄選	界限街遊樂場人造草足球場	7月: 24,31		15:00 - 16:30 (日)	16:30 - 18:00 (日)
	訓練	界限街遊樂場人造草足球場	8月: 10,17,24 9月: 14,21,28 10月: 12,19,26 11月: 9,16,23,30 12月: 14,21,28	1月: 11,18 2月: 8,15,22 3月: 1,8,15,22 4月: 5,12,19,26 5月: 3,10,17,24 6月: 7,14,21	18:30 - 20:00 (三)	

組別	活動	場地	日期 (2022年)	日期 (2023年)	13 歲以下組別	14 歲以下組別	15 歲以下組別
U13, U14, U15	甄選	界限街遊樂場人造草足球場	7月: 11, 18		16:30 - 18:00 (一)		
			7月: 11, 13			16:30 - 18:00 (三)	
			7月: 13, 18				16:30 - 18:00 (一)
U13, U14, U15  U13, U14	訓練	石硤尾公園(第三期)人造草足球場	8月: 7, 14, *20 9月: 10月: 11月: 8, 15, 22, 29 12月: 6, 13, 20		11:00 - 12:30 (日)  20:00 - 21:30 (二)	9:30-11:00 (日) *15:00:00 - 16:30 (六) 20:00 - 21:30 (二)	8:00 - 9:30 (日) *16:30 - 18:00 (六)
U13	訓練	興華街西人造草足球場	7月: 8月: 9月: 6, 13, 27 10月: 11, 18, 25 11月: 場地維修 12月:	1月: 3, 10, 17 2月: 7, 14, 21, 28 3月: 7, 14, 21 4月: 4, 18, 25 5月: 9, 16, 23 6月: 6, 13	18:30 - 20:00 (二)		
U14	訓練	興華街西人造草足球場	7月: 8月: 9月: 6, *20, 27 10月: 11, 18, 25 11月: 場地維修 12月:	1月: 3, 10, 17 2月: 7, 14, 21, 28 3月: 7, 14, 21 4月: 4, 18, 25 5月: 9, 16, 23 6月: 6, 13		*18:30 - 20:00 (二) 20:00 - 21:30 (二)	
U15	訓練	興華街西人造草足球場	7月: 8月: 9月: 13, 20 10月: 11月: 12月:	1月: 2月: 3月: 4月: 5月: 6月:			20:00 - 21:30 (二)

組別	活動	場地	日期 (2022年)	日期 (2023年)	12歲以下組別
U12	甄選	櫻桃街公園人造草足球場	7月: 20, 23		18:30 - 20:00 (三, 六)
	訓練	櫻桃街公園人造草足球場	8月: 6, 10, 13, *16, *23, 27 9月: 3, 7, 14, 17, 21, 28 10月: 1, 5, 8, 15, 22, 26 11月: 2, 9, 16, 19, 23, 30 12月: 3, 7, 14, 21, 24, 28	1月: 4, 7, 11, 18, 31 2月: 1, 7, 8, 14, 15, 18, 21 3月: 7, 14, 21, 28 4月: 4, 11, 18, 25 5月: 2, 9, 16, 23 6月: 6	18:30 - 20:00 (三, 六) *二
組別	活動	場地	日期 (2022年)	日期 (2023年)	10歲以下組別
U10	甄選	櫻桃街公園人造草足球場	7月: 12, 14		18:30 - 20:00 (二, 四)
	訓練	櫻桃街公園人造草足球場	7月: 8月: 4, 11, 18, 25, 29 9月: 1, 5, 8, 15, 22, *30 10月: 6, 10, 13, 20, 27 11月: 3, 10, 14, 17, 24, 28 12月: 1, 8, 12, 15, 19, 22	1月: 5, 12, 16, 19 2月: 2, 6, 9, 16, 23, *28 3月: 9, 16, 20, 23 4月: 13, 20, 24, 27 5月: 4, 11, 15, 18, *30 6月: 1, 8, #21	18:30 - 20:00 (一, 四) *二, #三

組別	活動	場地	日期 (2022年)	日期 (2023年)	6歲以下組別	8歲以下組別
U6, U8	甄選	花墟公園硬地足球場 #1	9月: 4, 25		15:00 - 17:00 (日)	
			9月: 10, 24			15:00 - 17:00 (六)
	訓練	花墟公園硬地足球場 #2	8月: 9月: 10月: 2, 9 11月: 12月:	1月: 2月: 5, 12, 19, 26 3月: 5, 12, 19, 26 4月: 2, 16, 23, 30 5月: 7, 14, 21, 28 6月: 4, 11, 18, 25	15:00 - 16:00 (六, 日)	16:00 - 17:00 (六, 日)
	訓練	大坑東邨一號遊樂場	8月: 9月: 10月: 11月: 6, 13, 20, 27 12月: 4, 11, 18	1月: 8, 15, 29 2月: 3月: 4月: 5月: 6月:	15:00 - 16:00 (日)	16:00 - 17:00 (日)