

(第二階段)訓練時間表

地區	場地	班別	日期	星期	時間
屯門	良田	A1	3月2, 4, 9, 11, 16, 18, 23, 25日	五	1800 - 1930
			4月6, 8, 13, 15, 20, 22, 27, 29日	日	1500 - 1630
		B1	5月4, 11, 18, 20日	五	1930 - 2100
					日
葵青	青衣	C1	3月5, 8, 12, 15, 19, 22, 26, 29日	一/四	1900 - 2030
		B2	4月9, 12, 16, 19, 23, 26, 30日 5月3, 7, 10, 14, 17日		2030 - 2200
沙田	美林	A2	3月21, 23, 28日	三/五	1800 - 1930
			4月4, *7, 11, *14, 18, 20, 25, 27日	*六	1700 - 1830
		B3	5月2, *5, 9, *12, 16, 18, 23, 25, 30日	三/五	1930 - 2100
					*六
西貢	將軍澳	C2	3月10, 13, 17, 20, 24, 27日	二/五	1800 - 1930
			4月3, 6, 10, 14, 17, 21, 24, 27日	六	1700 - 1830
		B4	5月8, 12, 15, 19, 26, 29日	二/五	1930 - 2100
					六
黃大仙	摩士	A3	3月6, 8, 11, 13, 15, 18, 20, 22日	二/四	1900 - 20:30
			4月10, 12, 15, 17, 19, 22, 24, 26, 29 日	日	1300 - 1430
		B5	5月3, 6, 8日	二/四	2030 - 2200
					日
深水埗	長沙灣	D1	3月*3, 7, 14, 21, *24, 28日	三	1900 - 2030
			4月4, *7, 11, 18, *21, 25, *28日	*六	1600 - 1730
		B6	5月2, *5, 9, 16, *19, 23, 30日	三	2030 - 2200
					*六
中西區	士美非	C3	3月6, 8, 13, 15, 20, 22, 27, 29日	二/四	1800 - 1930
		B7	4月3, 10, 12, 17, 19, 24, 26日 5月3, 8, 10, 15, 17日		1930 - 2100
南區	黃竹坑	A4	3月11, 12, *14, 18, 19, 25, 26日	一/*三	1800 - 1930
			4月9, 15, 16, 22, 23, 29, 30日	日	1700 - 1830
		B8	5月7, 14, 21, 27, 28, 30日	一/*三	1930 - 2100
					日