



中國香港足球總會‘C’& ‘D’級教練進修課程 [9]
HKFA ‘C’ & ‘D’ License Refresher Course [9]
《 課程時間表 Timetable 》

日期 Date	時間 Time	內容 Content	地點 Venue
5/5/2026 Tuesday	場地課 Practical 1930 – 2230	進攻：1v1 (有球與無球) Attacking Play (With and Without Ball) 小組進攻：攻門能力 Attacking Play: Finishing	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
7/5/2026 Thursday	理論課 Theory 1930 – 2230	教練指導方法 Coaching Methodology 戰術及陣式 Football Tactics and Team Formation	
9/5/2026 Saturday	場地課 Practical 1930 – 2230	進攻：傳接球、滲透式傳球、半傳身、第一接球 Attacking Play: Passing & Receiving, Penetrating Pass, Half Turn & First Touch 進攻：支援及保持控球權 Attacking Play: Support and Ball Possession	
14/5/2026 Thursday	場地課 Practical 1930 – 2230	小組進攻：撞牆式傳球 Combination Play – Wall Pass 小組進攻：疊瓦式後上走位 Combination Play: Overlapping & Underlapping	
16/5/2026 Saturday	理論課 Theory 1930 – 2230	比賽分析報告 Match Analysis report 訓練原則 Principle of Training	
30/5/2026 Saturday	場地課 Practical 1930 – 2230	防守：盯人盯位 Defending Play – Marking men and space 防守：夾擊及包抄 Defending Play – Doubling and Covering	

Remarks 備注：

賽馬會香港足球總會訓練中心

地址：新界將軍澳環保大道 190 號 ([地圖](#))

Jockey Club HKFA Football Training Centre

Address: 190Wan Po Road, Tseung Kwan O, Hong Kong ([Map](#))

*課程地點在需要情況下會作出修改

*The schedule is subject to modification if necessary