

賽馬會青少年足球精英訓練營 活動資料

- 主辦機構** : 香港賽馬會
- 合作伙伴** : 曼聯足球學校
- 支持機構** : 香港足球總會
- 背景** : 香港賽馬會一直致力推動由香港足球總會主辦的本地青少年足球發展計劃。為進一步協助本地年輕足球精英發揮潛能，香港賽馬會與曼聯合作，將國際頂級的足球技術帶來香港，培育及提升本地球員的水平。
- 日期** : 2013年7月22日至8月2日
- 地點** : 跑馬地遊樂場 (人造草地球場 6 號場)
- 活動內容** : 香港足球總會將從「賽馬會地區足球培訓計劃」(16歲以下)及香港青少年代表隊(13歲以下)中挑選66位精英球員，參與由4位曼聯足球學校教練負責、為期兩星期的足球訓練。當中表現最出色的兩位球員更可於8月18日至23日由本地教練陪同，前往世界知名的英國曼聯訓練基地卡靈頓訓練中心接受一星期的足球訓練。曼聯足球學校提供的每一項技術訓練計劃都是按照曼聯一隊的訓練模式來設計，所有的訓練課程均由曼聯管理，每年吸引來自75個國家，超過10,000名參加者參與其中。

訓練時間表 :

2013	第1天 22/7(一)	第2天 23/7(二)	第3天 24/7(三)	第4天 25/7(四)	第5天 26/7(五)	第6天 29/7(一)	第7天 30/7(二)	第8天 31/7(三)	第9天 01/8(四)	第10天 02/8(五)
	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	16歲以下	13歲及16歲以下
09:00-09:30	開幕禮									
10:00-10:30	破冰遊戲	G1-單對單技術	G1-單對單技術	G1-小組進攻	G1-小組進攻	G1-腦力佔先機	G1-腦力佔先機	G1-強化爆發力	G1-主動爭勝	16歲以下組別 足球比賽
10:30-11:00	熱身活動									
11:00-11:30	改良比賽	G2-小組進攻		G2-腦力佔先機	G2-腦力佔先機	G2-強化爆發力	G2-主動爭勝	G2-單對單技術	G2-單對單技術	13歲以下組別 足球比賽
11:30-12:00	球員能力初步評估		G2-小組進攻							
12:00-12:30		午飯時間		午飯時間			午飯時間		午飯時間	
12:30-13:00	午飯時間	13歲以下	午飯時間	13歲以下	午飯時間	午飯時間	13歲以下	午飯時間	13歲以下	
13:00-13:30	13歲以下	G1-單對單技術	13歲以下	G1-小組進攻	13歲以下	13歲以下	G1-腦力佔先機	13歲以下	G1-主動爭勝	午飯時間
13:30-14:00	破冰遊戲		G1-單對單技術			G1-腦力佔先機		G1-強化爆發力		畢業禮
14:00-14:30	熱身活動	G2-小組進攻		G2-腦力佔先機		G2-主動爭勝		G2-單對單技術		
14:30-15:00	改良比賽									
15:00-15:30	球員能力初步評估		G2-小組進攻		G2-腦力佔先機	G2-強化爆發力		G2-單對單技術		
15:30-16:00										

13歲以下組別	教練工作坊	典禮儀式
16歲以下組別	13歲以下及16歲以下分組比賽	

JOCKEY CLUB ELITE YOUTH FOOTBALL CAMP FACT SHEET

- Organizer** : The Hong Kong Jockey Club (HKJC)
- Partner** : Manchester United Soccer School (MUSS)
- Supporting Organization** : Hong Kong Football Association (HKFA)
- Background** : HKJC has been a long standing supporter to local youth football development and programme organised by HKFA. To further facilitate local talent achieving their potential, HKJC has partnered with MU to provide local talented youth players with international football expertise and training experience.
- Date** : 22 July – 2 August 2013
- Venue** : Happy Valley Racecourse Infield (Football Pitch #6)
- Programme** : 66 Hong Kong Elite players will be selected by the HKFA from the Jockey Club District Training Scheme (U16) and HKFA Development Squad (U13) to attend a 2-week training camp which will be coached by four MUSS coaches. Two outstanding players will be selected and awarded a one-week trip to the UK at the world famous Carrington training ground at the end of the clinic (18-23 August). They will be accompanied by a local coach. All drills from MUSS are designed based on the real MU first team practices. All programs are managed by Manchester United Football Club (MUFC) and have been running in over 75 countries with annual participation over 10,000 players worldwide.

Training Schedule :

2013	Day 1	Day 2	Day 3	Day 4	Day 5	Day 6	Day 7	Day 8	Day 9	Day 10
	22/7 (Mon)	23/7 (Tue)	24/7 (Wed)	25/7 (Thur)	26/7 (Fri)	29/7 (Mon)	30/7 (Tue)	31/7 (Wed)	01/8 (Thur)	02/8 (Fri)
	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	Age U16	U13 & U16
09:00-09:30	Kick-off Ceremony									
10:00-10:30	Ice Breakers	G1 – Dominate 1v1	G1 – Dominate 1v1	G1 – Combine to attack	G1 – Combine to attack	G1 – Make it Count	G1 – Make it Count	G1 – Explosive Play	G1 – Win the Battle	Football Festival U16
10:30-11:00	Activation									
11:00-11:30	Conditioned Games	G2 – Combine to attack		G2 – Make it count	G2 – Make it count	G2 – Explosive Play	G2 – Win the Battle	G2 – Dominate 1v1	G2 – Dominate 1v1	Football Festival U13
11:30-12:00	Initial Player Assessment		G2 – Combine to attack							
12:00-12:30		Lunch		Lunch			Lunch		Lunch	
12:30-13:00	Lunch	Age U13	Lunch	Age U13	Lunch	Lunch	Age U13	Lunch	Age U13	
13:00-13:30	Age U13	G1 – Dominate 1v1	Age U13	G1 – Combine to attack	HKFA Coach Workshop	Age U13	Age U13	G1 – Make it Count	HKFA Coach Workshop	Age U13
13:30-14:00	Ice Breakers		G1 – Dominate 1v1			G1 – Make it Count		G1 – Explosive Play	G1 – Win the Battle	Lunch
14:00-14:30	Activation	G2 – Combine to attack		G2 – Make it count	Observation / Participation	G2 – Win the Battle	Observation / Participation	G2 – Dominate 1v1	G2 – Dominate 1v1	Graduation Ceremony
14:30-15:00	Conditioned Games									
15:00-15:30	Initial Player Assessment		G2 – Combine to attack		G2 – Make it count	G2 – Explosive Play		G2 – Dominate 1v1		
15:30-16:00										

U13	Coach Workshop	Ceremony
U16	U13 & U16 Match	