

小西灣運動場緩步跑開放時間表
Opening Hours for Jogging of Siu Sai Wan Sports Ground

月 份 / Month : 二 零 零 八 年 十 月 / October 2008



足球賽事與緩步跑同時進行 /
Football and Jogging



緩步跑時間 /
Jogging Hour

時間 Time 日期 Date	上午 六時半 至七時 6:30 AM - 7:00 AM	上午 七時至 八時 7:00 AM - 8:00 AM	上午 八時至 九時 8:00 AM - 9:00 AM	上午 九時至 十時 9:00 AM - 10:00 AM	上午 十時至 十一時 10:00 AM - 11:00 AM	上午 十一時 至十二 時 11:00 AM - 12:00 NN	中午 十二時 至一時 12:00 NN - 1:00 PM	下午 一時至 二時 1:00 PM - 2:00 PM	下午 二時至 三時 2:00 PM - 3:00 PM	下午 三時至 四時 3:00 PM - 4:00 PM	下午 四時至 五時 4:00 PM - 5:00 PM	下午 五時至 六時 5:00 PM - 6:00 PM	下午 六時至 七時 6:00 PM - 7:00 PM	下午 七時至 八時 7:00 PM - 8:00 PM	下午 八時至 九時 8:00 PM - 9:00 PM	下午 九時至 十時 9:00 PM - 10:00 PM
1 (三) WED				運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
2 (四) THU			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
3 (五) FRI			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會		體能測試	體能測試	體能測試	
4 (六) SAT							射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽			
5 (日) SUN			射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽	射箭比賽				
6 (一) MON										射箭課程	射箭課程	射箭課程				
7 (二) TUE																
8 (三) WED			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會		田徑練習	田徑練習		
9 (四) THU			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會				
10 (五) FRI			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
11 (六) SAT			運動會	運動會	運動會	運動會			射箭課程	射箭課程	射箭課程					
12 (日) SUN				宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動			
13 (一) MON										射箭課程	射箭課程	射箭課程	田徑練習	田徑練習		
14 (二) TUE			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會				
15 (三) WED			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	田徑練習	田徑練習		
16 (四) THU			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
17 (五) FRI			運動會	運動會	運動會	運動會	田徑練習	田徑練習	田徑練習	田徑練習	田徑練習					
18 (六) SAT			運動會	運動會	運動會	運動會			射箭課程	射箭課程	射箭課程					
19 (日) SUN					同樂日	同樂日	同樂日									
20 (一) MON										射箭課程	射箭課程	射箭課程	田徑練習	田徑練習		
21 (二) TUE			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
22 (三) WED			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會		田徑練習	田徑練習		
23 (四) THU			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
24 (五) FRI			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
25 (六) SAT				運動會	運動會	運動會	運動會		射箭課程	射箭課程	射箭課程					
26 (日) SUN				宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動	宗教活動			
27 (一) MON										射箭課程	射箭課程	射箭課程	田徑練習	田徑練習		
28 (二) TUE			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
29 (三) WED			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	田徑練習	田徑練習		
30 (四) THU			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會					
31 (五) FRI			運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會	運動會		田徑練習	田徑練習		

** 除緩步跑外，請勿進行其他活動

** 請勿穿著釘鞋進行緩步跑

發出日期 : 23-Sep-08

Date of issue :

最新更改日期 : 02-Oct-08

Date of revise :



足球賽事與緩步跑同時進行時，只開放 6 至 8 號線道

* 如有節目調動，上述開放時間可能會有更改。

* Jogging hour will be changed subject to change of booking.