

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	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	
日期 Date																	
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	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						
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	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	宗教活動				
13 (一) MON												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						
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	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	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	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	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	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	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

發出日期 :

23-Sep-08

\*\* 請勿穿著釘鞋進行緩步跑

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.