

# 馬鞍山運動場緩步跑開放時間表

## Opening Hours for Jogging of Ma On Shan Sports Ground

月份 / Month : 二零零九年一月, January 2009

足球活動 /  
Football Activity

緩步跑 /  
Jogging

大型活動 /  
Major Event

田徑訓練 /  
Athletic Training

運動會 /  
Athletic Meet

時間 Time	上午		上午		上午		上午		上午		中午		下午		下午		下午		下午		
	六時三十分至七時	七時至八時	八時至九時	九時至十時	十時至十一時	十一時至十二時	十二時至一時	一時至二時	二時至三時	三時至四時	四時至五時	五時至六時	六時至七時	七時至八時	八時至九時	九時至十時	十時至十一時	十一時至十二時	十二時至一時	一時至二時	
日期 Date	6:30 AM - 7:00 AM	7:00 AM - 8:00 AM	8:00 AM - 9:00 AM	9:00 AM - 10:00 AM	10:00 AM - 11:00 AM	11:00 AM - 12:00 NN	12:00 NN - 1:00 PM	1:00 PM - 2:00 PM	2:00 PM - 3:00 PM	3:00 PM - 4:00 PM	4:00 PM - 5:00 PM	5:00 PM - 6:00 PM	6:00 PM - 7:00 PM	7:00 PM - 8:00 PM	8:00 PM - 9:00 PM	9:00 PM - 10:00 PM	10:00 PM - 10:30 PM				
1 (四) THU																					足球活動
2 (五) FRI																					田徑訓練
3 (六) SAT																					田徑訓練
4 (日) SUN																					足球活動
5 (一) MON																					田徑訓練
6 (二) TUE																					田徑訓練
7 (三) WED																					運動會
8 (四) THU																					田徑訓練
9 (五) FRI																					足球活動
10 (六) SAT																					田徑訓練
11 (日) SUN																					足球活動
12 (一) MON																					田徑訓練
13 (二) TUE																					足球活動
14 (三) WED																					運動會
15 (四) THU																					田徑訓練
16 (五) FRI																					足球活動
17 (六) SAT																					田徑訓練
18 (日) SUN																					田徑訓練
19 (一) MON																					田徑訓練
20 (二) TUE																					田徑訓練
21 (三) WED																					運動會
22 (四) THU																					田徑訓練
23 (五) FRI																					運動會
24 (六) SAT																					田徑訓練
25 (日) SUN																					田徑訓練
26 (一) MON	農曆年初一 (關閉)																				
27 (二) TUE	農曆年初二 (關閉)																				
28 (三) WED	農曆年初三 (關閉)																				
29 (四) THU																					田徑訓練
30 (五) FRI																					田徑訓練
31 (六) SAT																					足球活動

發出日期 : 24-Dec-08  
Date of issue :

最新更改日期 :  
Date of revision :

若運動場內草地正進行足球活動，運動場只會開放跑道 6 至 8 號線道給公眾人士作緩跑之用。  
Jogging will be confined to the lane no. 6 to 8 of the track when the infield is being used for football activity.

\*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.