

沙田運動場緩步跑開放時間表 Opening Hours for Jogging of Sha Tin Sports Ground

月份 / Month: 二零零九年一月 / January 2009

足球活動
Football Activity

田徑訓練 /
Athletic Training

緩步跑 /
Jogging

運動會 /
Athletic Meet

大型活動 /
Major Event

農曆新年假期
Lunar New Year Holiday

時間 Time	上午		上午		上午		上午		中午		下午		下午		下午		下午		下午	
	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	二時至三時
日期 Date	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	10:30 PM - 11:00 PM	11:00 PM - 12:00 AM	12:00 AM - 1:00 AM	1:00 AM - 2:00 AM
1 (四) THUR																				
2 (五) FRI																				
3 (六) SAT																				
4 日 SUN																				
5 (一) MON																				
6 (二) TUE																				
7 (三) WED																				
8 (四) THUR																				
9 (五) FRI																				
10 (六) SAT																				
11 日 SUN																				
12 (一) MON																				
14 (二) TUE																				
13 (三) WED																				
15 (四) THUR																				
16 (五) FRI																				
17 (六) SAT																				
18 日 SUN																				
19 (一) MON																				
20 (二) TUE																				
21 (三) WED																				
22 (四) THUR																				
23 (五) FRI																				
24 (六) SAT																				
25 日 SUN																				
26 一 MON																				
27 二 TUE																				
28 三 WED																				
29 (四) THUR																				
30 (五) FRI																				
31 (六) SAT																				

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.

最新更新日期: 6-1-2009
Date of revision:

* 緩步跑開放時間會視乎節目調動安排。
* Jogging hour will be changed subject to the booking.