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 : 二零零八年十一月 / November 2008

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**

日期 Date	時間 Time	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	下午 十時至十時三十分 10:00 PM - 10:30 PM
1	(六) SAT			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動							
2	(日) SUN			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動							
3	(一) MON		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		田徑訓練	田徑訓練		足球活動	足球活動
4	(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		田徑訓練	田徑訓練			
5	(三) WED																
6	(四) THUR		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		足球活動	足球活動	足球活動		
7	(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	田徑	足球活動		
8	(六) SAT			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動					足球活動		
9	(日) SUN			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動							
10	(一) MON		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		田徑訓練	田徑訓練			
11	(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						
12	(三) WED			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動						
13	(四) THUR		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		田徑訓練	田徑訓練			
14	(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		足球活動	足球活動	足球活動		
15	(六) SAT			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動				足球活動	足球活動	足球活動
16	(日) SUN			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動		足球活動	足球活動	足球活動		
17	(一) MON		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		田徑訓練	田徑訓練			
18	(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		田徑訓練	田徑訓練			
19	(三) WED																
20	(四) THUR		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		足球活動				
21	(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	田徑	足球活動		
22	(六) SAT			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動						
23	(日) SUN			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動						
24	(一) MON		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		田徑訓練	田徑訓練			
25	(二) TUE												田徑訓練	田徑訓練			
26	(三) WED																
27	(四) THUR		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		足球活動				
28	(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	田徑	足球活動		
29	(六) SAT			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動						
30	(日) SUN			足球活動	足球活動			足球活動	足球活動	足球活動	足球活動						

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.

最新更改日期：
Date of revision : 08-Oct-31

*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.**