

西貢鄧肇堅運動場緩步跑開放時間表 Opening Hours for Jogging of Sai Kung Tang Shiu Kin Sports Ground

月份 / Month : 二零零八年十一月 /November 2008

Session	06:30	08:00	08:30	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00
Date	Week	08:00	08:30	09:00	09:30	10:00	10:30	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	13:30	14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00	18:30	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	21:30	22:00
1	六	Sat				足球活動	田徑訓練					足球活動													足球活動					
2	日	Sun																												
3	一	Mon																												
4	二	Tue																												
5	三	Wed																												
6	四	Thu																												
7	五	Fri																												
8	六	Sat				足球活動						足球活動																		
9	日	Sun				欖球活動						足球活動																		
10	一	Mon																												
11	二	Tue																												
12	三	Wed																												
13	四	Thu																												
14	五	Fri																												
15	六	Sat				足球活動	田徑訓練																							
16	日	Sun				欖球活動						足球活動																		
17	一	Mon																												
18	二	Tue																												
19	三	Wed																												
20	四	Thu																												
21	五	Fri																												
22	六	Sat				足球活動	田徑訓練				足球活動																			
23	日	Sun																												
24	一	Mon																												
25	二	Tue																												
26	三	Wed																												
27	四	Thu																												
28	五	Fri																												
29	六	Sat				足球活動	田徑訓練					足球活動																		
30	日	Sun				欖球活動						足球活動																		

足球活動
Football Activity

緩步跑
Jogging

運動會
Athletic Meet

大型節目
Event

田徑訓練
Athletic Training

欖球活動
Rugby Activity

訓練班
Training Course

若運動場內進行球類活動或訓練班，運動場只會開放 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/rugby activity or training course.

* 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.