

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					足球活動																										
3	一	Mon	運動會																						足球活動								
4	二	Tue	運動會																						足球活動								
5	三	Wed																															
6	四	Thu	運動會																							足球活動							
7	五	Fri	運動會																					欖球活動		足球活動							
8	六	Sat					足球活動										足球活動							足球活動									
9	日	Sun					欖球活動										足球活動							足球活動									
10	一	Mon	運動會																						足球活動								
11	二	Tue	運動會																					足球活動					足球活動				
12	三	Wed																															
13	四	Thu	運動會																							足球活動							
14	五	Fri	運動會																					欖球活動		足球活動							
15	六	Sat					足球活動			田徑訓練				足球活動																			
16	日	Sun					欖球活動										足球活動							足球活動									
17	一	Mon	運動會																						足球活動								
18	二	Tue	運動會																						足球活動								
19	三	Wed																															
20	四	Thu	運動會																						足球活動								
21	五	Fri	運動會																					足球活動					足球活動				
22	六	Sat					足球活動			田徑訓練				足球活動										足球活動									
23	日	Sun					足球活動																										
24	一	Mon	運動會																						足球活動								
25	二	Tue	運動會																						足球活動								
26	三	Wed																															
27	四	Thu	運動會																						足球活動								
28	五	Fri	運動會																						足球活動								
29	六	Sat					足球活動			田徑訓練							足球活動							足球活動									
30	日	Sun					欖球活動										足球活動							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.