





南區

簡易太極班


40481197 (SN1231)	23/12-17/3 (17/2)除外	六	9:00-10:00	赤柱體育館	6+	54	30	29/11	 
40481198 (SN1232)	23/12-17/3 (17/2)除外	六	10:00-11:00	赤柱體育館	6+	54	30	29/11	 

黃昏太極訓練班									
40481062 (SN1174)	8/12-18/4 (22,25,1/1,12,14,16,19/2,30/3,2/4)除外	一,三,五	18:00-19:00	香港仔海濱公園(太極練習區)	6+	60	60	9/11	 

清晨太極劍訓練班									
40481139 (SN1209)	21/12-21/4 (26/12,15,17/2, 31/3,5/4)除外	二,四,六	8:30-9:30	上碧瑤灣遊樂場	6+	60	40	6/11	 

正確使用健身室設施簡介會									
40481058 (SN1170)	9/12	六	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	15+	免費	25	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481059 (SN1171)	10/12	日	14:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	6/11	 
40481060 (SN1172)	12/12	二	19:00-22:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

羽毛球訓練班									
40481051 (SN1163)	27/12-28/2	三	19:00-21:00	香港仔體育館	7+	118	24	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481052 (SN1164)	27/12-26/1	三,五	14:00-16:00	香港仔體育館	7+	118	24	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481053 (SN1165)	24/12-25/3 (14/1,21/1,18/2, 11/3)除外	日	14:00-16:00	黃竹坑體育館	18+	118	24	27/10-1/11 (8/11){28/11}	


室內草地滾球訓練班									
40481122 (SN1206)	6/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	8+	54	16	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

壁球同樂日									
40481193 (SN1227)	6/12	三	9:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	6+	免費	8	1/11	 
40481194 (SN1228)	6/12	三	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6+	免費	8	1/11	 

壁球訓練班									
40481195 (SN1229)	5/12-2/1 (26/12)除外	二,四	19:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	18+	160	12	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

乒乓球訓練班									
40481196 (SN1230)	10/12-25/2 (24/12,18/2)除外	日	10:00-12:00	香港仔體育館	6+	86	12	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

網球訓練班									
40481199 (SN1233)	1/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481200 (SN1234)	1/12-3/1	三,五	16:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481201 (SN1235)	3/12-11/2 (31/12)除外	日	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/10-1/11 (8/11){28/11}	
40481202 (SN1236)	4/12-11/1 (25/12,1/1)除外	一,四	18:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	18+	170	18	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

南區七人足球比賽*									
40480823 (SN1142)	3/12-10/12	日	9:00-18:00	黃竹坑遊樂場	14+	60	16	16/10-26/10 (31/10){17/11}	

南區小學7人足球比賽*									
40480822 (SN1141)	17/12	日	9:00-18:00	黃竹坑遊樂場	6-12	60	12	23/10-2/11 (7/11){27/11}	

康體匯敘－青少年足球同樂									
40481124 (SN1208)	15/12-29/12	五	18:00-20:00	黃竹坑遊樂場	12-35	免費	150	15/12-29/12	即場報名

普及健體運動-行山樂									
40481090 (SN1193)	10/12	日	9:00-17:00	落馬洲往河上鄉(D4路線)	6+	40	48	27/10-1/11 (8/11){28/11}	

殘疾人士活動編號 (班 號) (費用全免)	日期	星期	時間	地點	年齡名額	報名/投票日期 (抽籤日期) {公開後補日期}	報名方式
-----------------------------	----	----	----	----	------	-------------------------------	------

專為殘疾人士舉辦的活動的報名方法

殘疾人士可於主辦分區康樂事務辦事處或全港其他分區辦事處，報名參加專為殘疾人士而設的活動。每名參加者可帶同一名同行照料者出席，報名費用全免。有關同行照料者的安排如下：

訓練計劃：同行照料者可於訓練當日陪同已報名的殘疾人士出席。教練會於每次課堂前派發「同行照料者證」，以資識別。

其他活動：同行照料者須與殘疾人士一同報名參加同樂活動，以便安排旅遊車及營舍名額；報名後獲發「許可證」，並須於出席活動時出示該證。

精神病康復者徒手健體訓練計劃								
40481206 (SN1149)	6/12-27/12	三	19:00-21:00	新生精神康復會利東宿舍	15+	3	1/11	 

肢體傷殘人士康樂旅行								
40481205 (SN1148)	9/12	六	10:00-16:00	新界(待定)	10-70	8	1/11	

長者活動編號（班號） (供60歲或以上人士參加，費用全免)	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投票日期 (抽籤日期) {公開後補日期}	報名方式
----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

長者康體匯敘-八段錦同樂							
40481123 (SN1207)	7/12-15/2 (21/12,1/2,8/2)除外	四	9:00-11:00	漁光道體育館	40	7/12-15/2	即場報名

長者徒手健體訓練班							
40481082 (SN1185)	6/12-24/1 (22/12)除外	三,五	7:00-8:00	鴨脷洲體育館	25	13/11	 
40481083 (SN1186)	6/12-24/1 (22/12)除外	三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	25	13/11	 
40481084 (SN1187)	5/12-23/1 (26/12)除外	二,四	7:00-8:00	香港仔網球及壁球中心	25	10/11	 

40481085 (SN1188)	5/12-23/1 (26/12)除外	二,四	8:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	25	27/10-1/11 (8/11) {28/11}	✉
40481086 (SN1189)	11/12-31/1 (25/12,1/1)除外	一,三	9:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	25	10/11	🖨️ ⓘ
活力長者計劃-室內草地滾球同樂							
40481096 (SN1199)	5/12-30/1 (26/12)除外	二	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	40	5/12-30/1	即場報名
活力長者計劃-乒乓球同樂							
40481116 (SN1200)	1/12-29/12 (22/12,27/12)除外	三,五	12:00-14:00	鴨脷洲體育館	4	1/12-29/12	即場報名
40481117 (SN1201)	4/12-30/1 (11,25,26/12 ,1,8,22/1)除外	一,二,四	7:00-10:00	鴨脷洲體育館	4	4/12-30/1	即場報名
40481118 (SN1202)	4/12-28/12 (11,25, 26/12)除外	一,二,四	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	4/12-28/12	即場報名
40481119 (SN1203)	1/12-29/12 (22/12)除外	五	9:00-11:00	香港仔體育館	8	1/12-29/12	即場報名
40481120 (SN1204)	1/12-29/12 (25/12)除外	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	6	1/12-29/12	即場報名
活力長者計劃-網球同樂							
40481121 (SN1205)	6/12-27/12	三	7:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	4	6/12-27/12	即場報名
活力長者計劃-美式桌球同樂							
40481091 (SN1194)	1/12-29/12 (22/12,27/12)除外	三,五	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	1/12-29/12	即場報名
40481092 (SN1195)	1/12-30/1 (25/12,26/12,1/1)除外	一,二,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8	1/12-30/1	即場報名
40481093 (SN1196)	7/12-25/1	四	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	8	7/12-25/1	即場報名
活力長者計劃-門球同樂							
40481094 (SN1197)	1/12-29/12 (22/12)除外	五	11:00-13:00	鴨脷洲體育館	10	1/12-29/12	即場報名
40481095 (SN1198)	5/12-28/12 (21/12,26/12)除外	二,四	14:00-16:00	漁光道體育館	10	5/12-28/12	即場報名