

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2018年5月份康樂體育活動一覽表

沙田區

活 動 編 號 (班 號)	日 期	星 期	時 間	地 點	年 齡	費 用 (\$)	名 額	報 名/投 票 日 期 (抽 籤 日 期) (公 開 後 補 日 期)	報 名 方 式
---------------	-----	-----	-----	-----	-----	-------------	-----	---	------------

第一階段兒童捷泳訓練班

40486796 (ST0009)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	19:30-20:30	沙田賽馬會游泳池	5-8	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
-------------------	-------------------	-------	-------------	----------	-----	-----	----	-----------------------	---

第一階段兒童胸泳訓練班

40486797 (ST0010)	2/5-23/5	一,三,五	18:30-19:30	馬鞍山游泳池	5-8	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486798 (ST0011)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	19:30-20:30	馬鞍山游泳池	5-8	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486799 (ST0012)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	18:30-19:30	沙田賽馬會游泳池	5-8	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉

第一階段少年胸泳訓練班

40486800 (ST0013)	2/5-23/5	一,三,五	19:30-20:30	馬鞍山游泳池	9-12	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
-------------------	----------	-------	-------------	--------	------	-----	----	-----------------------	---

第一階段成人捷泳訓練班

40486776 (ST0001)	2/5-23/5	一,三,五	7:00-8:00	沙田賽馬會游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486782 (ST0002)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	7:00-8:00	馬鞍山游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉

第一階段成人胸泳訓練班

40486789 (ST0003)	2/5-23/5	一,三,五	7:00-8:00	馬鞍山游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486790 (ST0004)	2/5-23/5	一,三,五	20:30-21:30	馬鞍山游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486792 (ST0005)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	7:00-8:00	沙田賽馬會游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486793 (ST0006)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	20:30-21:30	馬鞍山游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
40486794 (ST0007)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	20:30-21:30	沙田賽馬會游泳池	18+	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉

八段錦同樂日

40495212 (ST0438)	5/5	六	14:00-16:00	恆安體育館	8+	免費	20	16/4	📄 ⓘ
-------------------	-----	---	-------------	-------	----	----	----	------	-----

中國舞訓練班

40495213 (ST0439)	16/5-18/7	三	19:00-21:00	沙田賽馬會公眾壁球場	14+	45	20	16/4	📄 ⓘ
-------------------	-----------	---	-------------	------------	-----	----	----	------	-----

器械健體訓練班

@ 從未參加過器械健體訓練班或已屆滿不合資格期的申請者，均視作「新申請者」，可享優先報名權。
不合資格期指由上次獲取錄參加的器械健體訓練班完成月份起計，直至下年同一月份的最後一天。例如:如申請者最後參加器械健體訓練班的完班月份為2016年3月，其不合資格期將由2016年3月開始至2017年3月31日為止。
以先到先得方式報名的訓練班：報名首天只接受新申請者報名，餘額於翌日上午8時30分開始公開接受報名
以抽籤方式報名的訓練班：新申請者將獲優先取錄，餘額則按抽籤結果由其他申請人填補。

40495215 (ST0441)	7/5-13/6	一,三	9:00-10:00	圓洲角體育館	15+	75	30	@16/4	📄 ⓘ
40495216 (ST0442)	8/5-19/6 (22/5)除外	二,四	13:00-14:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@17/4	📄 ⓘ
40495217 (ST0443)	8/5-19/6 (22/5)除外	二,四	19:00-20:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@19/4	📄 ⓘ
40495218 (ST0444)	8/5-19/6 (22/5)除外	二,四	20:00-21:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@19/4	📄 ⓘ
40495219 (ST0445)	9/5-4/6	一,三,五	19:00-20:00	恆安體育館	15+	75	20	@20/4	📄 ⓘ
40495220 (ST0446)	9/5-4/6	一,三,五	20:00-21:00	恆安體育館	15+	75	20	@20/4	📄 ⓘ
40495221 (ST0447)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	恆安體育館	15+	75	20	@17/4	📄 ⓘ
40495222 (ST0448)	16/5-15/6 (28/5,11/6)除外	一,三,五	9:00-10:00	恆安體育館	15+	75	20	@18/4	📄 ⓘ

水中健體訓練班

40486801 (ST0014)	3/5-5/6 (22/5)除外	二,四,六	19:30-20:30	沙田賽馬會游泳池	14+	80	30	16/3-22/3 (3/4){24/4}	✉
-------------------	------------------	-------	-------------	----------	-----	----	----	-----------------------	---

社交舞訓練班

40495223 (ST0449)	12/5-14/7	六	15:00-17:00	源禾路體育館	14+	86	26	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-----	----	----	------------------------	---

瑜伽訓練班

40495224 (ST0450)	9/5-11/7	三	15:00-17:00	美林體育館	15+	85	30	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495225 (ST0451)	12/5-14/7	六	13:00-15:00	顯徑體育館	15+	85	20	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉

兒童健體訓練班

40495214 (ST0440)	6/5-24/6	日	12:00-13:30	馬鞍山體育館	8-14	75	20	17/4	📄 ⓘ
-------------------	----------	---	-------------	--------	------	----	----	------	-----

正確使用健身室設施簡介會

40495226 (ST0452)	6/5	日	9:00-12:00	恆安體育館	15+	免費	20	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495227 (ST0453)	6/5	日	9:00-12:00	美林體育館	15+	免費	25	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495228 (ST0454)	9/5	三	19:00-22:00	馬鞍山體育館	15+	免費	25	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495229 (ST0455)	12/5	六	14:00-17:00	馬鞍山體育館	15+	免費	25	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495230 (ST0456)	19/5	六	14:00-17:00	圓洲角體育館	15+	免費	25	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40495235 (ST0461)	13/5	日	14:00-15:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495236 (ST0462)	13/5	日	15:00-16:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
40495237 (ST0463)	13/5	日	16:00-17:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉

羽毛球訓練班

40495238 (ST0464)	2/5-1/6	三,五	9:00-11:00	恆安體育館(非備空調)	7+	118	18	17/3-21/3 (28/3){24/4}	✉
-------------------	---------	-----	------------	-------------	----	-----	----	------------------------	---

草地滾球訓練班

40495239 (ST0465)	3/5-31/5 (22/5)除外	二,四	19:00-21:00	圓洲角體育館	8+	54	8	18/4	📄 ⓘ
40495240 (ST0466)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四	10:00-12:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	18/4	📄 ⓘ
40495241 (ST0467)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	18/4	📄 ⓘ

壁球訓練班									
40495242 (ST0468)	9/5-1/6	三,五	19:00-21:00	恆安體育館	7+	160	8	19/4	 
網球訓練班									
40495243 (ST0469)	14/5-13/6	一,三	19:00-21:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/3-21/3 (28/3){24/4}	
40495244 (ST0470)	21/5-25/6 (18/6)除外	一,三	19:00-21:00	顯田遊樂場	8+	170	12	17/3-21/3 (28/3){24/4}	
40495245 (ST0471)	29/5-28/6	二,四	9:00-11:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/3-21/3 (28/3){24/4}	
幼兒水上安全班									
40486795 (ST0008)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	18:30-19:30	馬鞍山游泳池	0-4	100	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
社區園圃計劃									
40495246 (ST0472)	26/5-22/9	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	車公廟路遊樂場社區園圃	12+	400	30	17/3-21/3 (28/3){24/4}	

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
----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

第一階段長者游泳訓練班




40486805 (ST0016)	2/5-23/5	一,三,五	8:00-9:00	馬鞍山游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
40486808 (ST0017)	2/5-23/5	一,三,五	8:00-9:00	沙田賽馬會游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
40486810 (ST0018)	2/5-23/5	一,三,五	9:00-10:00	沙田賽馬會游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
40486812 (ST0019)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	8:00-9:00	馬鞍山游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
40486813 (ST0020)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	8:00-9:00	沙田賽馬會游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
40486814 (ST0021)	3/5-26/5 (22/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	沙田賽馬會游泳池	16	16/3-22/3 (3/4){24/4}	

長者八段錦訓練班


40495248 (ST0474)	7/5-6/8 (18/6,2/7)除外	一	15:00-16:00	顯徑體育館	16	18/3-22/3 (29/3) {25/4}	
40495249 (ST0475)	7/5-6/8 (18/6,2/7)除外	一	16:00-17:00	顯徑體育館	16	18/3-22/3 (29/3) {25/4}	

長者器械健體訓練班

@ 從未參加過器械健體訓練班或已屆滿不合資格期的申請者，均視作「新申請者」，可享優先報名權。
不合資格期指由上次獲取錄參加的器械健體訓練班完成月份起計，直至下年同一月份的最後一天。例如:如申請者最後參加器械健體訓練班的完班月份為2016年3月，其不合資格期將由2016年3月開始至2017年3月31日為止。
以先到先得方式報名的訓練班：報名首日只接受新申請者報名，餘額於翌日上午8時30分開始公開接受報名
以抽籤方式報名的訓練班：新申請者將獲優先取錄，餘額則按抽籤結果由其他申請人填補。

40495250 (ST0476)	7/5-13/6	一,三	8:00-9:00	圓洲角體育館	30	@18/3-22/3 (29/3) {25/4}	
40495251 (ST0477)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四,六	8:00-9:00	恆安體育館	20	@18/3-22/3 (29/3) {25/4}	
40495252 (ST0478)	16/5-15/6 (28/5,11/6)除外	一,三,五	8:00-9:00	恆安體育館	20	@18/3-22/3 (29/3) {25/4}	

長者水中健體訓練班

40486802 (ST0015)	3/5-5/6 (22/5)除外	二,四,六	18:30-19:30	沙田賽馬會游泳池	30	16/3-22/3 (3/4){24/4}	
-------------------	---------------------	-------	-------------	----------	----	-----------------------	---

活力長者計劃 - 社交舞同樂日

40495253 (ST0479)	4/5-25/5	五	10:00-11:30	恆安體育館	30	4/5-25/5	即場報名
40495254 (ST0480)	4/5-25/5	五	11:00-13:00	恆安體育館	30	4/5-25/5	即場報名

長者太極訓練班

40495255 (ST0481)	9/5-25/7	三	15:00-16:00	顯徑體育館	16	18/3-22/3 (29/3) {25/4}	
40495256 (ST0482)	9/5-25/7	三	16:00-17:00	顯徑體育館	16	18/3-22/3 (29/3) {25/4}	

活力長者計劃 - 羽毛球同樂

40495257 (ST0483)	2/5-30/5	一,三	8:00-10:00	圓洲角體育館	24	2/5-30/5	即場報名
-------------------	----------	-----	------------	--------	----	----------	------

活力長者計劃 - 乒乓球同樂

40495258 (ST0484)	2/5-30/5	一,三	14:00-16:00	小瀝源路遊樂場	16	2/5-30/5	即場報名
40495259 (ST0485)	2/5-30/5	一,三	9:00-11:00	圓洲角體育館	12	2/5-30/5	即場報名
40495260 (ST0486)	3/5-31/5 (22/5)除外	二,四	8:00-10:00	顯徑體育館	24	3/5-31/5	即場報名
40495261 (ST0487)	3/5-17/5 (10/5)除外	四	12:00-14:00	馬鞍山體育館	48	3/5-17/5	即場報名
40495262 (ST0488)	3/5-31/5	一,四	8:00-10:00	小瀝源路遊樂場	16	3/5-31/5	即場報名
40495263 (ST0489)	4/5-29/5 (22/5)除外	二,五	8:00-10:00	沙田賽馬會公眾壁球場	16	4/5-29/5	即場報名
40495264 (ST0490)	4/5-29/5 (22/5)除外	二,五	10:00-12:00	沙田賽馬會公眾壁球場	16	4/5-29/5	即場報名
40495265 (ST0491)	4/5-29/5 (22/5)除外	二,五	8:00-10:00	源禾路體育館	16	4/5-29/5	即場報名
40495266 (ST0492)	4/5-29/5 (22/5)除外	二,五	10:00-12:00	源禾路體育館	16	4/5-29/5	即場報名
40495267 (ST0493)	8/5-29/5 (22/5)除外	二	14:00-16:00	馬鞍山體育館	48	8/5-29/5	即場報名

長者門球同樂日

40495268 (ST0494)	7/5	一	10:00-12:00	恆安體育館(非備空調)	30	7/5	即場報名
-------------------	-----	---	-------------	-------------	----	-----	------

長者門球訓練班							
40495269 (ST0495)	24/5-21/6 (19/6)除外	二,四	9:00-11:00	馬鞍山體育館	30	18/3-22/3 (29/3) {25/4}	