



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

西貢區

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



拯溺銅章訓練班

40491366 (SK 287)	23/5-6/7 (18/6,2/7)除外	一,三,五	19:30-21:30	西貢游泳池 - 主池	13+	108	24	20/4	 
-------------------	-----------------------	-------	-------------	------------	-----	-----	----	------	---

健體舞訓練班

40494512 (SK 291)	30/5-6/7	三,五	13:00-14:00	西貢壁球場	14+	65	12	16/4	 
40494513 (SK 292)	30/5-6/7	三,五	14:00-15:00	西貢壁球場	14+	65	12	16/4	 
40494514 (SK 293)	24/5-23/6 (5/6,19/6)除外	二,四,六	9:00-10:00	將軍澳體育館	14+	65	20	18/4	 
40494515 (SK 294)	24/5-23/6 (5/6,19/6)除外	二,四,六	10:00-11:00	將軍澳體育館	14+	65	20	18/4	 
40494516 (SK 295)	24/5-23/6 (5/6,19/6)除外	二,四,六	11:00-12:00	將軍澳體育館	14+	65	20	18/4	 
40494517 (SK 296)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	翠林體育館	14+	65	20	16/4	 
40494518 (SK 297)	15/5-12/6 (22/5)除外	二,四,六	10:00-11:00	翠林體育館	14+	65	20	16/4	 
40494519 (SK 298)	23/5-22/6 (4/6,18/6)除外	一,三,五	9:00-10:00	寶林體育館	14+	65	24	19/4	 
40494521 (SK 299)	23/5-22/6 (4/6,18/6)除外	一,三,五	10:00-11:00	寶林體育館	14+	65	24	19/4	 
40494522 (SK 300)	18/5-13/6	一,三,五	14:00-15:00	香港單車館	14+	65	24	17/4	 
40494523 (SK 301)	18/5-13/6	一,三,五	15:00-16:00	香港單車館	14+	65	24	17/4	 

八段錦訓練班


40494539 (SK 317)	21/5-15/6	一,三,五	9:30-10:30	將軍澳游泳池對出空地	8+	80	30	19/4	 
-------------------	-----------	-------	------------	------------	----	----	----	------	---

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。

40494556 (SK 334)	17/5-14/6 (22/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	寶林體育館	15+	75	20	@17/4	 
40494557 (SK 335)	17/5-14/6 (22/5)除外	二,四,六	10:00-11:00	寶林體育館	15+	75	20	@17/4	 
40494558 (SK 336)	28/5-11/7 (18/6,2/7)除外	一,三	19:00-20:00	寶林體育館	15+	75	20	@23/4	 
40494559 (SK 337)	28/5-11/7 (18/6,2/7)除外	一,三	20:00-21:00	寶林體育館	15+	75	20	@23/4	 
40494560 (SK 338)	28/5-11/7 (18/6,2/7)除外	一,三	21:00-22:00	寶林體育館	15+	75	20	@23/4	 





舞蹈同樂日(社交舞)

40494548 (SK 326)	26/5	六	9:00-12:00	坑口體育館	14+	免費	80	24/4	 
-------------------	------	---	------------	-------	-----	----	----	------	---

正確使用健身室設施簡介會

40494527 (SK 305)	17/5	四	19:00-22:00	香港單車館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){4/5}	
40494528 (SK 306)	17/5	四	20:00-23:00	香港單車館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){4/5}	
40494550 (SK 328)	8/5	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){26/4}	
40494551 (SK 329)	8/5	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){26/4}	
40494552 (SK 330)	15/5	二	19:00-22:00	坑口體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){26/4}	
40494553 (SK 331)	15/5	二	20:00-23:00	坑口體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){26/4}	
40494554 (SK 332)	29/5	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){4/5}	
40494555 (SK 333)	29/5	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	16/3-22/3 (3/4){4/5}	




身心伸展訓練班

40494524 (SK 302)	8/5-19/6 (22/5)除外	二,四	14:00-15:00	香港單車館	15+	85	24	28/3	 
40494525 (SK 303)	8/5-19/6 (22/5)除外	二,四	15:00-16:00	香港單車館	15+	85	24	28/3	 



羽毛球訓練班

40494537 (SK 315)	21/5-25/6 (18/6)除外	一,四	19:00-21:00	將軍澳體育館	7+	118	24	16/3-22/3 (3/4){4/5}	
40494538 (SK 316)	29/5-28/6	二,四	8:00-10:00	翠林體育館	7+	118	24	16/3-22/3 (3/4){4/5}	

場地單車體驗日

40494535 (SK 313)	12/5	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	10/4	 
40494536 (SK 314)	19/5	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	24/4	 

小輪車同樂日

40491645 (SK 322)	6/5	日	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	8/4	 
-------------------	-----	---	-------------	-------------	----	----	----	-----	---





場地單車訓練班(第二階段)

40491277 (SK 309)	22/5	二	14:00-18:00	香港單車館	11+	140	20	9/4	 
-------------------	------	---	-------------	-------	-----	-----	----	-----	---

小型網球訓練班

40494581 (SK 360)	19/5-21/7	六	9:00-11:00	寶林體育館(非備冷氣)	6-12	70	12	16/3-22/3 (3/4){4/5}	
-------------------	-----------	---	------------	-------------	------	----	----	----------------------	---

壁球訓練班

40494590 (SK 369)	3/5-31/5 (22/5)除外	二,四	19:00-21:00	西貢壁球場	7+	160	8	28/3	 
40494591 (SK 370)	16/5-8/6	三,五	19:00-21:00	寶林體育館	7+	160	8	16/4	 

兒童乒乓球訓練班

40494547 (SK 325)	13/5-22/7 (1/7)除外	日	9:00-11:00	調景嶺體育館	6-13	86	18	16/4	 
-------------------	-------------------	---	------------	--------	------	----	----	------	---

網球訓練班									
40494592 (SK 371)	24/5-28/6 (18/6)除外	一,四	19:00-21:00	西貢網球場	8+	170	12	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
40494593 (SK 372)	17/5-21/6 (22/5)除外	二,四	17:00-19:00	寶翠公園	8+	170	18	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
40494594 (SK 373)	21/5-25/6 (18/6)除外	一,四	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
40494595 (SK 374)	23/5-27/6 (18/6)除外	一,三	9:00-11:00	寶翠公園	8+	170	18	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
40494596 (SK 375)	25/5-26/6	二,五	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
40494597 (SK 376)	7/5-28/5	一,三,五	15:00-17:00	寶翠公園	8+	170	18	27/3	📄 ⓘ

西貢區籃球比賽2018 (女子組)*

40494587 (QSK 366)	20/5-10/6	日	9:00-18:00	將軍澳體育館	14+	60	32	19/3-26/3 (6/4){27/4}	✉
--------------------	-----------	---	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

西貢區籃球比賽2018 (男子組)*

40494588 (QSK 367)	20/5-10/6	日	9:00-18:00	將軍澳體育館	14+	60	32	19/3-26/3 (6/4){27/4}	✉
--------------------	-----------	---	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

手球訓練班

40494563 (SK 341)	19/5-21/7	六	15:00-17:00	將軍澳體育館	11-17	45	20	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-------	----	----	----------------------	---

西貢區獨木舟訓練班

40494585 (SK 364)	13/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	12+	30	8	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494586 (SK 365)	20/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	12+	30	8	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉

家庭日營

40494549 (SK 327)	20/5	日	9:00-17:00	鯉魚門公園	不限	60	48	18/4	📄
-------------------	------	---	------------	-------	----	----	----	------	---

運動攀登同樂日

40495572 (SK 348)	12/5	六	15:30-17:00	調景嶺體育館	不限	免費	24	16/4	📄 ⓘ
40495573 (SK 368)	12/5	六	17:00-18:30	調景嶺體育館	不限	免費	24	16/4	📄 ⓘ

西貢區初級龍舟訓練班

40494583 (SK 362)	13/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	12+	90	10	16/4	📄 ⓘ
40494584 (SK 363)	20/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	12+	90	10	16/4	📄 ⓘ

社區園圃計劃(園圃編號2-39號)

40494545 (SK 323)	13/5-9/9	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	毓雅里社區園圃	12+	400	38	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
-------------------	----------	---------------	------------	---------	-----	-----	----	-----------------------	---

社區園圃計劃(園圃編號40-77號)

40494546 (SK 324)	13/5-9/9	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	毓雅里社區園圃	12+	400	38	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
-------------------	----------	---------------	------------	---------	-----	-----	----	-----------------------	---

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

長者八段錦訓練班

40494540 (SK 318)	10/5-7/6 (22/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德澤樓側球場	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494541 (SK 319)	10/5-7/6 (22/5)除外	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕樓側球場	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494542 (SK 320)	10/5-7/6 (22/5)除外	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨譚輝烈紀念劇場	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494543 (SK 321)	10/5-7/6 (22/5)除外	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商場平台花園	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉

康體匯敘 - 長者徒手健體操

40494570 (SK 349)	4/5-25/5	五	8:00-10:00	翠林體育館	20	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
-------------------	----------	---	------------	-------	----	-----------------------	---

長者徒手健體訓練班

40494529 (SK 307)	7/5-25/6 (18/6)除外	一,三	8:00-9:00	香港單車館	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494530 (SK 308)	7/5-25/6 (18/6)除外	一,三	9:00-10:00	香港單車館	30	16/3-22/3 (3/4){26/4}	✉
40494561 (SK 339)	19/5-26/6 (22/5,5/6,19/6)除外	二,四,六	8:00-9:00	將軍澳體育館	20	16/3-22/3 (3/4){4/5}	✉

康體匯敘 - 太極

40494572 (SK 351)	3/5-31/5	四	7:00-8:00	康盛花園平台花園	35	3/5-31/5	即場報名
40494573 (SK 352)	3/5-31/5	四	7:00-8:00	將軍澳游泳池對出空地	35	3/5-31/5	即場報名
40494574 (SK 353)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	坑口文曲里公園	35	2/5-30/5	即場報名
40494575 (SK 354)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	厚德邨德澤樓側球場	35	2/5-30/5	即場報名
40494576 (SK 355)	2/5-30/5	三	19:30-20:30	厚德邨德澤樓側球場	35	2/5-30/5	即場報名
40494577 (SK 356)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	明德邨商場上蓋籃球場	35	2/5-30/5	即場報名
40494578 (SK 357)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	寶翠公園硬地足球場	35	2/5-30/5	即場報名
40494579 (SK 358)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	尚德邨譚輝烈紀念劇場	35	2/5-30/5	即場報名
40494580 (SK 359)	2/5-30/5	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	2/5-30/5	即場報名

康體匯敘 - 太極劍

40494571 (SK 350)	3/5-31/5	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	3/5-31/5	即場報名
-------------------	----------	---	-----------	---------------	----	----------	------

活力長者計劃-乒乓球自習

40494565 (SK 343)	2/5-30/5	三	8:00-9:00	翠林體育館	8	27/3	📄 ⓘ
40494566 (SK 344)	4/5-25/5	五	8:00-9:00	翠林體育館	8	27/3	📄 ⓘ
40494567 (SK 345)	3/5-31/5	四	7:00-8:00	坑口體育館	12	28/3	📄 ⓘ
40494568 (SK 346)	3/5-31/5	四	8:00-9:00	坑口體育館	12	28/3	📄 ⓘ

40494569 (SK 347)	3/5-31/5	四	9:00-10:00	坑口體育館	12	28/3	 
活力長者計劃-羽毛球自習							
40494564 (SK 342)	3/5-24/5	四	8:00-10:00	將軍澳體育館	20	28/3	 