

**康樂及文化事務署  
社區康樂活動  
2018年6月份康樂體育活動一覽表**

東區	
----	--

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
<b>長跑訓練班</b>									
40497480 (EN0509)	1/6-3/8	五	19:00-21:00	小西灣運動場	16+	130	40	2/5	■ i
<b>拯溺銅章訓練班</b>									
40496331 (ENLS02)	22/6-23/7 (2/7)除外	一,三,五,六	17:00-19:00	柴灣游泳池	13+	108	24	21/5	■ i
<b>成人捷泳訓練班(第一階段)</b>									
40495612 (ENA003)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495614 (ENA004)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	8:00-9:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495617 (ENA005)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	19:00-20:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495618 (ENA006)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495620 (ENA007)	5/6-26/6	二,四,六	7:00-8:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
40495624 (ENA008)	5/6-26/6	二,四,六	8:00-9:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
40495627 (ENA009)	5/6-26/6	二,四,六	18:00-19:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
40495630 (ENA010)	5/6-26/6	二,四,六	19:00-20:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
40495638 (ENA011)	5/6-26/6	二,四,六	19:00-20:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
<b>成人胸泳訓練班(第一階段)</b>									
40495604 (ENAB03)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495605 (ENAB04)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	19:00-20:00	柴灣游泳池	18+	100	16	30/4	■ i
40495607 (ENAB06)	5/6-26/6	二,四,六	8:00-9:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
40495609 (ENAB07)	5/6-26/6	二,四,六	18:00-19:00	柴灣游泳池	18+	100	16	4/5	■ i
<b>成人捷泳訓練班(第二階段)</b>									
40495641 (ENA081)	5/6-26/6	二,四,六	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	20	4/5	■ i
<b>捷泳訓練班(第三階段)</b>									
40495611 (ENL001)	5/6-26/6	二,四,六	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	20	4/5	■ i
<b>健體舞訓練班</b>									
40496855 (EN0218)	5/6-12/7	二,四	7:00-8:00	柴灣體育館	14+	65	20	25/4	■ i
40496856 (EN0434)	5/6-12/7	二,四	8:00-9:00	柴灣體育館	14+	65	20	25/4	■ i
40496857 (EN0435)	5/6-12/7	二,四	19:00-20:00	柴灣體育館	14+	65	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉
40496858 (EN0436)	5/6-12/7	二,四	20:00-21:00	柴灣體育館	14+	65	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉
40497235 (EN0446)	7/6-24/7 (19/6,3/7)除外	二,四	12:00-13:00	渣華道體育館	14+	65	30	30/4	■ i
40497236 (EN0447)	7/6-24/7 (19/6,3/7)除外	二,四	13:00-14:00	渣華道體育館	14+	65	30	30/4	■ i
40497237 (EN0448)	7/6-17/7	二,四	19:00-20:00	渣華道體育館	14+	65	30	7/5	■ i
40497238 (EN0449)	7/6-17/7	二,四	20:00-21:00	渣華道體育館	14+	65	30	7/5	■ i
40497248 (EN0454)	5/6-12/7	二,四	15:00-16:00	港島東體育館	14+	65	30	27/4	■ i
40497249 (EN0455)	5/6-12/7	二,四	16:00-17:00	港島東體育館	14+	65	30	27/4	■ i
40497299 (EN0465)	5/6-12/7	二,四	15:00-16:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	27/4	■ i
40497300 (EN0466)	5/6-12/7	二,四	16:00-17:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	27/4	■ i
40497301 (EN0467)	29/6-1/8 (2/7,11/7,25/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	24/5	■ i
40497302 (EN0468)	29/6-1/8 (2/7,11/7,25/7)除外	一,三,五	8:00-9:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	24/5	■ i
40497303 (EN0469)	29/6-1/8 (2/7,11/7,25/7)除外	一,三,五	9:00-10:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	24/5	■ i
40497304 (EN0470)	29/6-1/8 (2/7,11/7,25/7)除外	一,三,五	10:00-11:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	24/5	■ i
40497305 (EN0471)	29/6-1/8 (2/7,11/7,25/7)除外	一,三,五	11:00-12:00	鰚魚涌體育館	14+	65	30	24/5	■ i
40497316 (EN0482)	6/6-13/7	三,五	19:00-20:00	港島東體育館	14+	65	30	26/4	■ i
40497321 (EN0483)	7/6-17/7	二,四	19:00-20:00	港島東體育館	14+	65	30	7/5	■ i
40498332 (EN0485)	6/6-13/7	三,五	20:00-21:00	港島東體育館	14+	65	30	26/4	■ i
40498334 (EN0514)	7/6-17/7	二,四	20:00-21:00	港島東體育館	14+	65	30	7/5	■ i
<b>八段錦訓練班</b>									
40497328 (EN0490)	25/6-23/7 (2/7)除外	一,三,五	20:00-21:00	百福道交通安全城(近健康邨 遊樂場)	8+	80	30	23/5	■ i
<b>中國舞訓練班</b>									
40497252 (EN0457)	5/6-6/7	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	12+	45	30	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉
40497308 (EN0474)	3/6-12/8 (1/7)除外	日	20:00-22:00	鰚魚涌體育館	12+	45	30	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉

## 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。

40496861 (EN0439)	22/6-20/7 (2/7)除外	一,三,五	19:00-20:00	柴灣體育館	15+	75	20	@14/5		
40496862 (EN0440)	22/6-20/7 (2/7)除外	一,三,五	20:00-21:00	柴灣體育館	15+	75	20	@14/5		
40497309 (EN0475)	5/6-12/7	二,四	18:00-19:00	鰂魚涌體育館	15+	75	30	@24/4		
40497310 (EN0476)	5/6-12/7	二,四	19:00-20:00	鰂魚涌體育館	15+	75	30	@24/4		
40497311 (EN0477)	5/6-12/7	二,四	20:00-21:00	鰂魚涌體育館	15+	75	30	@24/4		
40497312 (EN0478)	5/6-12/7	二,四	21:00-22:00	鰂魚涌體育館	15+	75	30	@24/4		

## 水中健體訓練班

40495645 (ENHF01)	1/6-6/7 (18/6,2/7)除外	一,三,五	9:00-10:00	柴灣游泳池	14+	80	30	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40495647 (ENHF02)	1/6-6/7 (18/6,2/7)除外	一,三,五	10:00-11:00	柴灣游泳池	14+	80	30	18/4-25/4 (4/5){25/5}	

## 現代舞訓練班

40497240 (EN0451)	5/6-12/7 (19/6,3/7)除外	二,四	10:00-12:00	渣華道體育館	12+	70	30	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
-------------------	-----------------------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

## 正確使用健身室設施簡介會

40496859 (EN0437)	3/6	日	10:30-13:30	柴灣體育館	15+	免費	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40496860 (EN0438)	9/6	六	14:30-17:30	柴灣體育館	15+	免費	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40497306 (EN0472)	9/6	六	14:30-17:30	鰂魚涌體育館	15+	免費	25	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40497307 (EN0473)	17/6	日	10:30-13:30	鰂魚涌體育館	15+	免費	25	18/4-25/4 (4/5){25/5}	

## 健步行簡介會

40497326 (EN0488)	9/6	六	9:30-11:30	鰂魚涌公園(鯉景灣入口)	15+	免費	40	9/5		
-------------------	-----	---	------------	--------------	-----	----	----	-----	--	--

## 身心伸展訓練班

40497315 (EN0481)	5/6-12/7	二,四	10:00-11:00	鰂魚涌體育館	15+	85	24	3/5		
-------------------	----------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----	--	--

## 箭藝同樂日

40497485 (EN0511)	2/6	六	9:00-10:00	小西灣運動場	8+	免費	40	2/5		
40497486 (EN0512)	2/6	六	10:00-11:00	小西灣運動場	8+	免費	40	2/5		
40497487 (EN0513)	2/6	六	11:00-12:00	小西灣運動場	8+	免費	40	2/5		

## 箭藝訓練班

40497482 (EN0510)	1/6-3/8	五	16:00-18:00	小西灣運動場	6+	70	12	2/5		
-------------------	---------	---	-------------	--------	----	----	----	-----	--	--

## 羽毛球訓練班

40497250 (EN0456)	8/6-20/7 (20/6,4/7,18/7)除外	三,五	9:00-11:00	港島東體育館	7+	118	24	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
-------------------	-------------------------------	-----	------------	--------	----	-----	----	-----------------------	--

## 親子(7-17)歲羽毛球同樂日

40497278 (EN0461)	10/6	日	14:00-15:00	西灣河體育館	7+	免費	24	8/5	
40497281 (EN0462)	10/6	日	15:00-16:00	西灣河體育館	7+	免費	24	8/5	
40497285 (EN0463)	10/6	日	16:00-17:00	西灣河體育館	7+	免費	24	8/5	

## 室內草地滾球訓練班

40497272 (EN0459)	25/6-23/7 (2/7)除外	一,四	19:00-21:00	港島東體育館	8+	54	8	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40497273 (EN0460)	25/6-23/7 (2/7)除外	一,四	19:00-21:00	港島東體育館	8+	54	8	18/4-25/4 (4/5){25/5}	

## 乒乓球訓練班

40497322 (EN0484)	3/6-5/8	日	15:00-17:00	港島東體育館	6-13	86	24	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
-------------------	---------	---	-------------	--------	------	----	----	-----------------------	--

## 網球訓練班

40497327 (EN0489)	27/6-27/7	三,五	9:00-11:00	鰂魚涌公園	8+	170	18	18/4-25/4 (4/5){25/5}	
40497339 (EN0508)	12/6-13/7	二,五	19:00-21:00	柴灣公園網球場	8+	170	18	18/4-25/4 (4/5){25/5}	

## 東區排球淘汰賽2018(女子)\*

40496919 (QEN0433)	10/6-24/6 (17/6)除外	日	9:00-19:00	小西灣體育館	12+	60	16	11/4-20/4 (30/4){24/5}	
--------------------	--------------------	---	------------	--------	-----	----	----	------------------------	--

## 東區排球淘汰賽2018(男子)\*

40496918 (QEN0432)	10/6-24/6 (17/6)除外	日	9:00-19:00	小西灣體育館	12+	60	16	11/4-20/4 (30/4){24/5}	
--------------------	--------------------	---	------------	--------	-----	----	----	------------------------	--

## 騎馬暨射箭同樂日

40497340 (EN0431)	10/6	日	15:00-17:00	屯門公眾騎術學校	6+	75	32	9/5		
-------------------	------	---	-------------	----------	----	----	----	-----	--	--

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。

## 長期病患者八段錦訓練計劃

40498389 (EN0497)	9/6-28/7	六	10:00-11:00	港島東體育館	18+	4	3/5	
-------------------	----------	---	-------------	--------	-----	---	-----	--

## 聽障人士高爾夫球訓練計劃

40498394 (EN0502)	21/6-12/7	四	19:30-21:30	港島東體育館	14+	3	3/5	
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-----	---	-----	--

## 智障人士徒手健體訓練計劃

40498391 (EN0499)	7/6-28/6	四	14:00-16:00	柴灣體育館	18-65	3	3/5	
-------------------	----------	---	-------------	-------	-------	---	-----	--

## 自閉症、智障人士及精神病康復者日營

40498395 (EN0503)	2/6	六	9:00-17:00	麥理浩夫人度假村	18+	12	3/5	■
<b>精神病康復者旅行</b>								
40498393 (EN0501)	24/6	日	9:00-17:00	屯門稔灣T PARK公園	18-70	20	3/5	■
<b>肢體傷殘人士門球訓練計劃</b>								
40498390 (EN0498)	1/6-6/7	五	10:30-12:00	柴灣體育館	8+	3	3/5	■
<b>長者活動編號（班號）</b> (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		
<b>長者游泳訓練班(第一階段)</b>								
40495649 (ENE002)	1/6-25/6 (18/6)除外	一,三,五	8:00-9:00	柴灣游泳池	16	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
40495674 (ENE003)	5/6-26/6	二,四,六	7:00-8:00	柴灣游泳池	16	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
<b>長者康體匯敘 - 八段錦</b>								
40496864 (EN0442)	6/6-27/6	三	8:00-10:00	柴灣體育館	55	6/6-27/6	即場報名	
<b>外展計劃-長者清晨徒手健體</b>								
40497338 (EN0507)	1/6-29/6 (18/6)除外	一,三,五	7:30-9:30	柴灣公園	50	1/6-29/6	即場報名	
<b>外展計劃長者體能測試及活力圖展</b>								
40497337 (EN0506)	16/6	六	8:00-10:00	柴灣公園	150	16/6	即場報名	
<b>長者康體匯敘-清晨徒手健體</b>								
40497325 (EN0487)	3/6-29/7 (17/7)除外	日	7:00-9:00	鯉魚涌公園(太極花園 - 近太古城中心第四期)	50	3/6-29/7	即場報名	
40497336 (EN0505)	3/6-29/7 (17/7)除外	日	7:30-9:30	柴灣公園	50	3/6-29/7	即場報名	
<b>長者普及體操訓練班</b>								
40497239 (EN0450)	5/6-5/7	二,四	14:00-16:00	渣華道體育館	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
40497270 (EN0458)	4/6-27/6 (18/6)除外	一,三,五	14:00-16:00	港島東體育館	20	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
<b>長者康體匯敘 - 社交舞</b>								
40496866 (EN0444)	5/6-26/6	二	8:00-10:00	柴灣體育館	110	5/6-26/6	即場報名	
40497245 (EN0453)	1/6-29/6	五	8:00-10:00	小西灣體育館	30	1/6-29/6	即場報名	
<b>長者社交舞同樂日</b>								
40497286 (EN0464)	14/6	四	10:00-12:00	西灣河體育館	100	14/6	即場報名	
<b>長者簡易太極訓練班</b>								
40497313 (EN0479)	8/6-23/7 (18/6,27)除外	一,五	7:00-8:00	鯉魚涌體育館	60	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
<b>長者康體匯敘 - 羽毛球</b>								
40496863 (EN0441)	5/6-26/6	二	10:00-12:00	柴灣體育館	32	5/6-26/6	即場報名	
<b>長者康體匯敘 - 乒乓球</b>								
40496867 (EN0445)	7/6-28/6	四	8:00-10:00	柴灣體育館	36	7/6-28/6	即場報名	
40497243 (EN0452)	7/6-28/6	四	8:00-10:00	小西灣體育館	30	7/6-28/6	即場報名	
<b>長者康體匯敘 - 門球</b>								
40496865 (EN0443)	1/6-29/6	五	8:00-10:00	柴灣體育館	30	1/6-29/6	即場報名	
<b>長者日營</b>								
40497335 (EN0504)	12/6	二	9:00-17:00	鯉魚門公園	98	18/4-25/4 (4/5){25/5}	✉	
<b>長者體能測試</b>								
40497329 (EN0491)	2/6-30/6	六	8:00-10:00	百福道交通安全城(近 健康邨遊樂場)	150	2/6-30/6	即場報名	