

**康樂及文化事務署
社區康樂活動
2018年7月份康樂體育活動一覽表**

屯門區

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
長跑訓練班									
40493560	9/7-10/9	一	19:00-21:00	屯門鄧肇堅運動場	16+	130	40	12/6	 
40493561	16/7-16/8	一,四	9:00-11:00	屯門鄧肇堅運動場	16+	130	40	12/6	 
拯溺銅章訓練班									
40492447	17/7-25/8	二,四,六	20:00-22:00	屯門游泳池	13+	108	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
40492448	9/7-17/8	一,三,五	10:00-12:00	屯門游泳池	13+	108	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
40492480	9/7-17/8	一,三,五	14:00-16:00	屯門游泳池	13+	108	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)									
40492406	4/7-25/7	一,三,五	13:00-14:00	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492410	4/7-25/7	一,三,五	15:00-16:00	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492422	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492536	4/7-25/7	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492544	19/7-21/8	二,四	8:00-9:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492547	19/7-21/8	二,四	10:00-11:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492559	30/7-20/8	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
兒童胸泳訓練班(第一階段)									
40492407	4/7-25/7	一,三,五	14:00-15:00	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492419	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492429	10/7-9/8	二,四	8:00-9:00	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492444	10/7-9/8	二,四	20:30-21:30	屯門游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492546	19/7-21/8	二,四	9:00-10:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492550	19/7-21/8	二,四	15:00-16:00	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492552	19/7-21/8	二,四	19:30-20:30	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492565	30/7-20/8	一,三,五	19:30-20:30	屯門西北游泳池	5-8	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
少年捷泳訓練班(第一階段)									
40492408	4/7-25/7	一,三,五	14:00-15:00	屯門游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492420	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492443	10/7-9/8	二,四	20:30-21:30	屯門游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492543	19/7-21/8	二,四	8:00-9:00	屯門西北游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492548	19/7-21/8	二,四	13:00-14:00	屯門西北游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492562	30/7-20/8	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
少年胸泳訓練班(第一階段)									
40492409	4/7-25/7	一,三,五	15:00-16:00	屯門游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492421	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492549	19/7-21/8	二,四	14:00-15:00	屯門西北游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492555	19/7-21/8	二,四	20:30-21:30	屯門西北游泳池	9-12	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
成人捷泳訓練班(第一階段)									
40492400	4/7-25/7	一,三,五	8:00-9:00	屯門游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492418	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492541	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門西北游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492560	30/7-20/8	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492566	30/7-20/8	一,三,五	19:30-20:30	屯門西北游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
成人胸泳訓練班(第一階段)									
40492417	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492427	10/7-9/8	二,四	7:00-8:00	屯門游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492534	4/7-25/7	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	18+	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
青年捷泳訓練班(第一階段)									
40492556	19/7-21/8	二,四	20:30-21:30	屯門西北游泳池	13-17	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
青年胸泳訓練班(第一階段)									
40492416	4/7-25/7	一,三,五	18:30-19:30	屯門游泳池	13-17	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
少年捷泳訓練班(第二階段)									
40492403	4/7-25/7	一,三,五	14:00-15:00	屯門游泳池	9-12	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
少年胸泳訓練班(第二階段)									
40492405	4/7-25/7	一,三,五	16:00-17:00	屯門游泳池	9-12	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492545	19/7-21/8	二,四	9:00-10:00	屯門西北游泳池	9-12	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492564	30/7-20/8	一,三,五	9:00-10:00	屯門西北游泳池	9-12	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
成人捷泳訓練班(第二階段)									
40492423	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492431	10/7-9/8	二,四	7:00-8:00	屯門游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492567	30/7-20/8	一,三,五	20:30-21:30	屯門西北游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
成人胸泳訓練班(第二階段)									
40492401	4/7-25/7	一,三,五	7:00-8:00	屯門游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
40492424	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	
第一階段少年捷泳訓練班									
40492553	19/7-21/8	二,四	19:30-20:30	屯門西北游泳池	9-12	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}	

青年捷泳訓練班(第二階段)										
40492446	10/7-9/8	二,四	19:30-20:30	屯門游泳池	13-17	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
少年及青年捷泳訓練班(第三階段)										
40492414	4/7-25/7	一,三,五	16:00-17:00	屯門游泳池	9-17	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492436	10/7-9/8	二,四	9:00-10:00	屯門游泳池	9-17	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
成人捷泳訓練班(第三階段)										
40492554	19/7-21/8	二,四	19:30-20:30	屯門西北游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
成人胸泳訓練班(第三階段)										
40492568	30/7-20/8	一,三,五	20:30-21:30	屯門西北游泳池	18+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
捷泳訓練班(第三階段)										
40492539	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門西北游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
背泳訓練班										
40492415	4/7-25/7	一,三,五	17:00-18:00	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492426	4/7-25/7	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492433	10/7-9/8	二,四	9:00-10:00	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
胸泳訓練班(第三階段)										
40492425	4/7-25/7	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492435	10/7-9/8	二,四	8:00-9:00	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
蝶泳訓練班										
40492413	4/7-25/7	一,三,五	15:00-16:00	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492432	10/7-9/8	二,四	8:00-9:00	屯門游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
40492557	19/7-21/8	二,四	20:30-21:30	屯門西北游泳池	9+	100	20	11/5-18/5 (25/5){22/6}		
健體舞訓練班										
40495938	24/7-30/8	二,四	18:00-19:00	友愛體育館	14+	65	20	13/6		<i>i</i>
40495939	24/7-30/8	二,四	19:00-20:00	友愛體育館	14+	65	20	13/6		<i>i</i>
兒童舞訓練班										
40492524	4/7-30/7 (16/7,25/7)除外	一,三,五	15:00-17:00	屯門游泳池壁球場	4-11	60	15	5/6		<i>i</i>
40492525	17/7-16/8	二,四	14:00-16:00	屯門游泳池壁球場	4-11	60	15	6/6		<i>i</i>
40492783	10/7-11/9	二	16:00-18:00	屯門大會堂	4-11	60	20	6/6		<i>i</i>
40492916	16/7-17/9	一	16:00-18:00	良田體育館	4-11	60	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40493735	7/7-8/9	六	14:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	4-11	60	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40495942	8/7-16/9 (5/8)除外	日	9:00-11:00	友愛體育館	4-11	60	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
中國舞訓練班										
40492919	4/7-5/9	三	14:00-16:00	良田體育館	12+	45	20	8/6		<i>i</i>
40493742	9/7-10/9	一	15:00-17:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	45	20	8/6		<i>i</i>
40493751	10/7-11/9	二	15:00-17:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	45	20	8/6		<i>i</i>
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。										
40492771	6/7-6/8 (9/7,23/7)除外	一,三,五	8:00-9:00	大興體育館	15+	75	20	@8/6		<i>i</i>
40492772	6/7-6/8 (9/7,23/7)除外	一,三,五	9:00-10:00	大興體育館	15+	75	20	@8/6		<i>i</i>
40492774	17/7-11/8	二,四,六	8:00-9:00	大興體育館	15+	75	20	@7/6		<i>i</i>
40492775	17/7-11/8	二,四,六	9:00-10:00	大興體育館	15+	75	20	@7/6		<i>i</i>
40493723	4/7-30/7	一,三,五	15:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	75	20	@8/6		<i>i</i>
40493726	5/7-31/7	二,四,六	8:00-9:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	75	20	@7/6		<i>i</i>
40493727	5/7-31/7	二,四,六	9:00-10:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	75	20	@7/6		<i>i</i>
40495940	3/7-9/8	二,四	19:00-20:00	友愛體育館	15+	75	20	@5/6		<i>i</i>
40495941	3/7-9/8	二,四	20:00-21:00	友愛體育館	15+	75	20	@5/6		<i>i</i>
體操訓練班										
40493738	7/7-8/9	六	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6+	54	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40493746	12/7-14/8	二,四	16:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6+	54	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40495943	21/7-22/9	六	14:00-16:00	友愛體育館	6+	54	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
水中健體訓練班										
40492438	10/7-23/8	二,四	19:30-20:30	屯門游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492439	10/7-23/8	二,四	20:30-21:30	屯門游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492538	4/7-3/8	一,三,五	19:30-20:30	屯門西北游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492540	4/7-3/8	一,三,五	20:30-21:30	屯門西北游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492558	30/7-29/8	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492561	30/7-29/8	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	14+	80	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
爵士舞訓練班										
40492785	9/7-10/9	一	18:00-20:00	屯門大會堂	12+	70	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
40492922	9/7-10/9	一	14:00-16:00	良田體育館	12+	70	20	6/6		<i>i</i>
40493729	6/7-7/9	五	14:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	70	20	6/6		<i>i</i>
40493741	8/7-16/9 (5/8)除外	日	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	70	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		
柔道訓練班										
40492768	21/7-22/9	六	15:00-17:00	大興體育館	6-50	65	20	4/6		<i>i</i>
40493740	8/7-16/9 (5/8)除外	日	15:00-17:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6-50	65	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}		

社交舞訓練班

40492780	8/7-16/9 (5/8)除外	日	20:00-22:00	屯門大會堂	14+	86	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40492781	9/7-10/9	一	18:00-20:00	屯門大會堂	14+	86	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40492782	10/7-11/9	二	20:00-22:00	屯門大會堂	14+	86	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40492928	16/7-17/9	一	10:00-12:00	良田體育館	14+	86	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493736	7/7-8/9	六	20:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	14+	86	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495944	9/7-10/9	一	10:00-12:00	友愛體育館	14+	86	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

武術訓練班

40493734	7/7-1/9	六	18:00-20:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6-14	86	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
----------	---------	---	-------------	-------------	------	----	----	----------------------	--

瑜伽訓練班

40492769	19/7-21/8	二,四	7:00-9:00	大興體育館	15+	85	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
40492770	19/7-21/8	二,四	9:00-11:00	大興體育館	15+	85	20	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
40492784	4/7-5/9	三	12:00-14:00	屯門大會堂	15+	85	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}	

正確使用健身房設施簡介會

40492759	6/7	五	17:00-20:00	大興體育館	15+	免費	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40492760	14/7	六	17:00-20:00	大興體育館	15+	免費	20	1/6	
40492937	7/7	六	14:00-17:00	良田體育館	15+	免費	20	1/6	
40492938	19/7	四	14:00-17:00	良田體育館	15+	免費	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493730	3/7	二	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	1/6	
40493750	16/7	一	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495933	8/7	日	15:00-18:00	友愛體育館	15+	免費	20	1/6	
40495936	21/7	六	15:00-18:00	友愛體育館	15+	免費	20	1/6	

健步行簡介會

40493567	22/7	日	10:00-12:00	屯門公園至湖山遊樂場	6+	免費	40	5/6	
----------	------	---	-------------	------------	----	----	----	-----	--

身心伸展訓練班

40491319	4/7-10/8	三,五	14:00-15:00	友愛體育館	15+	85	24	11/6	
40491320	4/7-10/8	三,五	15:00-16:00	友愛體育館	15+	85	24	11/6	
40493748	6/7-15/8	三,五	19:00-20:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	85	24	11/6	
40493749	6/7-15/8	三,五	20:00-21:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	85	24	11/6	

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40493563	21/7	六	9:00-10:00	友愛體育館	7+	免費	24	15/6	
40493564	21/7	六	10:00-11:00	友愛體育館	7+	免費	24	15/6	
40493565	21/7	六	11:00-12:00	友愛體育館	7+	免費	24	15/6	

兒童羽毛球訓練班

40492764	16/7-16/8	一,四	14:00-16:00	大興體育館	7-11	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493743	17/7-16/8	二,四	14:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	7-11	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

成人羽毛球訓練班

40492763	13/7-15/8	三,五	14:00-16:00	大興體育館	18+	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495946	9/7-9/8	一,四	9:00-11:00	友愛體育館	18+	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495948	9/7-9/8	一,四	14:00-16:00	友愛體育館	18+	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495949	11/7-10/8	三,五	20:00-22:00	友愛體育館	18+	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40495951	12/7-14/8	二,四	20:00-22:00	友愛體育館	18+	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40493562	17/7-2/8	二,四	10:00-12:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	7+	73	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493568	25/7-10/8	三,五	14:00-16:00	友愛體育館	7+	73	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

青少年羽毛球訓練班

40492765	13/7-14/8	二,五	11:00-13:00	大興體育館	12-17	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493737	7/7-8/9	六	9:00-11:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12-17	118	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

第一階段場地單車訓練班

40491265	8/7	日	9:00-13:00	香港單車館	12+	140	20	4/6	
----------	-----	---	------------	-------	-----	-----	----	-----	--

少年單線滾軸溜冰訓練班

40493624	7/7-8/9	六	9:00-11:00	屯門公園溜冰場	6-14	55	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
40493625	22/7-23/9	日	9:00-11:00	屯門公園溜冰場	6-14	55	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	

草地滾球同樂日

40496196	8/7	日	14:00-15:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	11/6	
40496197	8/7	日	15:00-16:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	11/6	
40496198	8/7	日	16:00-17:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	11/6	
40496200	13/7	五	14:00-15:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	14/6	
40496201	13/7	五	15:00-16:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	14/6	
40496202	13/7	五	16:00-17:00	湖山草地滾球場	8+	免費	32	14/6	

草地滾球訓練班

40496192	5/7-30/7	一,四	20:00-22:00	湖山草地滾球場	8+	54	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
40496199	8/7-2/9 (5/8)除外	日	17:00-19:00	湖山草地滾球場	8+	54	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	

小型網球訓練班

40493747	17/7-16/8	二,四	12:00-14:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6-12	70	16	4/6-8/6 (14/6){3/7}	
----------	-----------	-----	-------------	-------------	------	----	----	---------------------	--

壁球訓練班

40492505	17/7-16/8 (24/7,2/8)除外	二,四	19:30-21:30	屯門游泳池壁球場	7+	160	8	13/6	
----------	------------------------	-----	-------------	----------	----	-----	---	------	--

成人壁球訓練班

40492777	12/7-6/8	一,四	20:30-22:30	大興體育館	18+	160	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	
----------	----------	-----	-------------	-------	-----	-----	---	----------------------	--

青少年壁球訓練班										
40492776	12/7-6/8	一,四	18:30-20:30	大興體育館	7-17	160	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40493732	13/7-8/8	三,五	9:00-11:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	7-17	160	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40493733	13/7-8/8	三,五	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	7-17	160	8	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
乒乓球訓練班										
40492761	17/7-18/9	二	19:00-21:00	大興體育館	14+	86	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492762	18/7-17/8	三,五	16:00-18:00	大興體育館	14+	86	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40493731	4/7-5/9	三	19:00-21:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	14+	86	24	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
兒童乒乓球訓練班										
40492511	7/7-8/9	六	10:00-12:00	屯門游泳池壁球場	6-13	86	12	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40492512	13/7-15/8	三,五	14:00-16:00	屯門游泳池壁球場	6-13	86	12	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40492972	7/7-8/9	六	13:00-15:00	良田體育館	6-13	86	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40493728	6/7-7/9	五	19:00-21:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	6-13	86	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40495952	12/7-13/8	一,四	11:00-13:00	友愛體育館	6-13	86	24	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
網球同樂日										
40492323	26/7	四	15:00-16:00	青善遊樂場	8+	免費	12	20/6	✉	i
40492324	26/7	四	16:00-17:00	青善遊樂場	8+	免費	12	20/6	✉	i
40492325	26/7	四	17:00-18:00	青善遊樂場	8+	免費	12	20/6	✉	i
40496193	9/7	一	15:00-16:00	湖山網球場	8+	免費	12	12/6	✉	i
40496194	9/7	一	16:00-17:00	湖山網球場	8+	免費	12	12/6	✉	i
40496195	9/7	一	17:00-18:00	湖山網球場	8+	免費	12	12/6	✉	i
40496203	16/7	一	15:00-16:00	湖山網球場	8+	免費	12	15/6	✉	i
40496204	16/7	一	16:00-17:00	湖山網球場	8+	免費	12	15/6	✉	i
40496205	16/7	一	17:00-18:00	湖山網球場	8+	免費	12	15/6	✉	i
兒童網球訓練班										
40492322	16/7-16/8	一,四	9:00-11:00	青善遊樂場	8-11	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492332	5/7-6/8	一,四	9:00-11:00	屯門鄧肇堅運動場網球場	8-11	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
成人網球訓練班										
40492302	8/7-16/9 (5/8)除外	日	8:00-10:00	青善遊樂場	18+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492304	8/7-16/9 (5/8)除外	日	10:00-12:00	青善遊樂場	18+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492310	4/7-3/8	三,五	20:00-22:00	屯門鄧肇堅運動場網球場	18+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492312	16/7-16/8	一,四	19:00-21:00	屯門鄧肇堅運動場網球場	18+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40492331	16/7-16/8	一,四	20:00-22:00	青善遊樂場	18+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
網球訓練班										
40492321	13/7-14/8	二,五	16:00-18:00	青善遊樂場	8+	170	18	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
圍棋訓練班(第一階段)										
40492964	8/7-19/8 (5/8)除外	日	14:30-16:30	良田體育館	6-10	40	20	6/6	✉	i
40492965	8/7-19/8 (5/8)除外	日	16:30-18:30	良田體育館	11+	40	20	6/6	✉	i
屯門區籃球比賽2018女子公開組										
40492977 (QTM573-18)	8/7-22/7	日	9:00-19:00	良田體育館	12+	100	8	16/5-23/5 (1/6){21/6}	✉	
屯門區籃球比賽2018男子成人組										
40492978 (QTM574-18)	8/7-22/7	日	9:00-19:00	良田體育館	18+	100	12	16/5-23/5 (1/6){21/6}	✉	
屯門區籃球比賽2018男子青少年組										
40492979 (QTM575-18)	8/7-22/7	日	9:00-19:00	良田體育館	12-17	100	12	16/5-23/5 (1/6){21/6}	✉	
籃球訓練班										
40492778	18/7-16/8	三,四	8:00-10:00	大興體育館	10+	75	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40492779	18/7-16/8	三,四	10:00-12:00	大興體育館	10+	75	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40492975	9/7-30/7	一,三,五	11:00-13:00	良田體育館	10+	75	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40493744	18/7-17/8	三,五	9:00-11:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	10+	75	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
40493745	18/7-17/8	三,五	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	10+	75	30	4/6-8/6 (14/6){3/7}	✉	
板球同樂日										
40493566	22/7	日	10:00-13:00	楊景遊樂場	6+	免費	30	4/6	✉	i
兒童足球樂趣班										
40493705	12/7-11/8	四,六	9:00-11:00	青華足球場	6-13	60	24	8/6	✉	i
排球訓練班										
40488622	18/7-17/8	三,五	14:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	10+	70	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
40488623	18/7-17/8	三,五	16:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	10+	70	30	28/5-1/6 (7/6){26/6}	✉	
沙灘排球同樂日										
40492732	29/7	日	10:00-12:00	新咖啡灣泳灘	6+	免費	20	19/6	✉	i
幼兒水上安全班										
40492411	4/7-25/7	一,三,五	16:00-17:00	屯門游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492412	4/7-25/7	一,三,五	17:00-18:00	屯門游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492430	10/7-9/8	二,四	9:00-10:00	屯門游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492440	10/7-9/8	二,四	18:30-19:30	屯門游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492441	10/7-9/8	二,四	19:30-20:30	屯門游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492537	4/7-25/7	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	
40492551	19/7-21/8	二,四	16:00-17:00	屯門西北游泳池	0-4	100	16	11/5-18/5 (25/5){22/6}	✉	

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。

智障人士及精神病康復者羽毛球同樂日

40496318	3/7	二	14:00-16:00	良田體育館	8+ 4	25/5	■
----------	-----	---	-------------	-------	------	------	---

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

長者游泳訓練班(第一階段)

40492399	4/7-25/7	一,三,五	7:00-8:00	屯門游泳池	16	11/5-15/5 (25/5) {22/6}	■
40492428	10/7-9/8	二,四	8:00-9:00	屯門游泳池	16	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■
40492437	10/7-9/8	二,四	18:30-19:30	屯門游泳池	16	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■
40492542	19/7-21/8	二,四	7:00-8:00	屯門西北游泳池	16	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■

長者游泳訓練班(第二階段)

40492402	4/7-25/7	一,三,五	8:00-9:00	屯門游泳池	20	11/5-18/5 (25/5) {21/6}	■
40492535	4/7-25/7	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	20	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■
40492563	30/7-20/8	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	20	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■

長者游泳訓練班(第三階段)

40492434	10/7-9/8	二,四	7:00-8:00	屯門游泳池	20	11/5-18/5 (25/5) {22/6}	■
----------	----------	-----	-----------	-------	----	----------------------------	---

長者健體訓練班

40493724	7/7-7/8	二,四,六	10:00-11:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
----------	---------	-------	-------------	-------------	----	---------------------	---

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。

40492766	10/7-4/8	二,四,六	14:00-15:00	大興體育館	20	@4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
40492767	10/7-4/8	二,四,六	15:00-16:00	大興體育館	20	@4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
40492773	6/7-6/8 (9/7,23/7)除外	一,三,五	10:00-11:00	大興體育館	20	@4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
40493722	4/7-30/7	一,三,五	16:00-17:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	@4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
40493725	5/7-31/7	二,四,六	7:00-8:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	@4/6-8/6 (14/6){3/7}	■

長者社交舞同樂日

40495955	6/7	五	9:00-10:00	友愛體育館	20	13/6	■
40495956	6/7	五	10:00-11:00	友愛體育館	20	13/6	■

長者社交舞訓練班

40495954	18/7-17/8	三,五	9:00-11:00	友愛體育館	20	4/6-8/6 (14/6){3/7}	■
----------	-----------	-----	------------	-------	----	---------------------	---

活力長者計劃-乒乓球同樂

40495957	9/7-30/7	一	9:00-10:00	友愛體育館	20	14/6	■ i
40495958	9/7-30/7	一	10:00-11:00	友愛體育館	20	14/6	■ i

活力長者計劃-羽毛球自習計劃

40493515	9/7-30/7	一	9:00-10:00	良田體育館	20	9/7-30/7	即場報名
40493516	9/7-30/7	一	10:00-11:00	良田體育館	20	9/7-30/7	即場報名

屯門區長者室內門球比賽2018

40492786 (QTM518-18)	4/7	三	9:00-17:00	大興體育館	12	14/5	■ i
----------------------	-----	---	------------	-------	----	------	-----