

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

40482811 (KC87)	11/7-1/8	一,三,五	16:00-17:00	大環山游泳池	5-8	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
40482815 (KC91)	11/7-1/8	一,三,五	17:00-18:00	大環山游泳池	5-8	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
40482935 (KC211)	12/7-27/7	二,三,四,五	11:00-12:00	九龍仔游泳池	5-8	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	

### 兒童胸泳訓練班(第二階段)

40482828 (KC104)	10/7-23/7	一,二,三,四,五	18:00-19:00	大環山游泳池	5-8	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	-----------	-----------	-------------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 少年捷泳訓練班(第二階段)

40482801 (KC77)	11/7-1/8	一,三,五	10:00-11:00	大環山游泳池	9-12	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
40482810 (KC86)	11/7-1/8	一,三,五	15:00-16:00	大環山游泳池	9-12	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
40482934 (KC210)	12/7-27/7	二,三,四,五	10:00-11:00	九龍仔游泳池	9-12	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	

### 少年胸泳訓練班(第二階段)

40482797 (KC73)	11/7-1/8	一,三,五	9:00-10:00	大環山游泳池	9-12	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
40482813 (KC89)	11/7-1/8	一,三,五	16:00-17:00	大環山游泳池	9-12	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	

### 成人捷泳訓練班(第二階段)

40482840 (KC116)	5/7-7/8	二,四	8:00-9:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	---------	-----	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 成人胸泳訓練班(第二階段)

40482791 (KC67)	11/7-1/8	一,三,五	8:00-9:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	----------	-------	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 青年胸泳訓練班(第二階段)

40482805 (KC81)	11/7-1/8	一,三,五	11:00-12:00	大環山游泳池	13-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	----------	-------	-------------	--------	-------	-----	----	------------------------	--

### 成人捷泳訓練班(第三階段)

40482792 (KC68)	11/7-1/8	一,三,五	8:00-9:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	----------	-------	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 成人背泳訓練班

40482823 (KC99)	10/7-23/7	一,二,三,四,五	8:00-9:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	-----------	-----------	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 成人胸泳訓練班(第三階段)

40482820 (KC96)	10/7-23/7	一,二,三,四,五	7:00-8:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	-----------	-----------	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 成人蝶泳訓練班

40482788 (KC64)	11/7-1/8	一,三,五	7:00-8:00	大環山游泳池	18+	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	----------	-------	-----------	--------	-----	-----	----	------------------------	--

### 背泳訓練班

40482843 (KC119)	5/7-7/8	二,四	9:00-10:00	大環山游泳池	0-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	---------	-----	------------	--------	------	-----	----	------------------------	--

### 蝶泳訓練班

40482841 (KC117)	5/7-7/8	二,四	8:00-9:00	大環山游泳池	9-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	---------	-----	-----------	--------	------	-----	----	------------------------	--

### 青年捷泳訓練班(0-17歲)(第三階段)

40482829 (KC105)	10/7-23/7	一,二,三,四,五	18:00-19:00	大環山游泳池	0-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	-----------	-----------	-------------	--------	------	-----	----	------------------------	--

### 青年捷泳訓練班(第三階段)

40482802 (KC78)	11/7-1/8	一,三,五	10:00-11:00	大環山游泳池	0-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
-----------------	----------	-------	-------------	--------	------	-----	----	------------------------	--

### 青年胸泳訓練班(第三階段)

40482826 (KC102)	10/7-23/7	一,二,三,四,五	17:00-18:00	大環山游泳池	0-17	100	20	15/5-20/5 (28/5){19/6}	
------------------	-----------	-----------	-------------	--------	------	-----	----	------------------------	--

### 健體舞訓練班

40498799 (KC524)	4/7-30/7	一,三,五	18:00-19:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	14/6	i
40498800 (KC525)	4/7-30/7	一,三,五	19:00-20:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	14/6	i
40498801 (KC526)	24/7-30/8	二,四	18:00-19:00	佛光街體育館	14+	65	30	1/6	i
40498802 (KC527)	24/7-30/8	二,四	19:00-20:00	佛光街體育館	14+	65	30	1/6	i
40498803 (KC528)	27/7-24/8 (13/8)除外	一,三,五	8:00-9:00	佛光街體育館	14+	65	30	14/6	i
40498804 (KC529)	27/7-24/8 (13/8)除外	一,三,五	9:00-10:00	佛光街體育館	14+	65	30	14/6	i
40498805 (KC530)	27/7-22/8	一,三,五	18:00-19:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	14/6	i
40498806 (KC531)	27/7-22/8	一,三,五	19:00-20:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	14/6	i

### 兒童舞訓練班

40498807 (KC532)	7/7-8/9	六	16:00-18:00	土瓜灣體育館	4-11	60	20	16/5-23/5 (29/5){21/6}	
------------------	---------	---	-------------	--------	------	----	----	------------------------	--

### 中國舞訓練班

40498809 (KC534)	7/7-8/9	六	13:00-15:00	佛光街體育館	12+	45	30	16/5-23/5 (29/5){21/6}	
------------------	---------	---	-------------	--------	-----	----	----	------------------------	--

### 器械健體訓練班

40498810 (KC535)	16/7-10/8	一,三,五	18:00-19:00	佛光街體育館	15+	75	20	@6/6	i
40498811 (KC536)	16/7-10/8	一,三,五	19:00-20:00	佛光街體育館	15+	75	20	@6/6	i
40498812 (KC537)	16/7-10/8	一,三,五	20:00-21:00	佛光街體育館	15+	75	20	@6/6	i
40498813 (KC538)	24/7-18/8	二,四,六	9:00-10:00	佛光街體育館	15+	75	20	@26/6	i
40498814 (KC539)	24/7-18/8	二,四,六	10:00-11:00	佛光街體育館	15+	75	20	@26/6	i
40498815 (KC540)	24/7-30/8	二,四	12:00-13:00	佛光街體育館	15+	75	20	@26/6	i
40498816 (KC541)	24/7-30/8	二,四	13:00-14:00	佛光街體育館	15+	75	20	@26/6	i
40498817 (KC542)	24/7-18/8	二,四,六	15:00-16:00	佛光街體育館	15+	75	20	@26/6	i
40498818 (KC543)	24/7-30/8	二,四	18:00-19:00	佛光街體育館	15+	75	20	@28/6	i

◎ 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。

40498819 (KC544)	24/7-30/8	二,四	19:00-20:00	佛光街體育館	15+	75	20	@28/6		
40498820 (KC545)	24/7-30/8	二,四	18:00-19:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@28/6		
40498821 (KC546)	24/7-30/8	二,四	19:00-20:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@28/6		
40498822 (KC547)	24/7-30/8	二,四	20:00-21:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@28/6		
40498823 (KC548)	28/7-23/8	二,四,六	8:00-9:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@26/6		
40498824 (KC549)	28/7-23/8	二,四,六	9:00-10:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@26/6		
40498825 (KC550)	28/7-23/8	二,四,六	10:00-11:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@26/6		
<b>普及體操訓練班</b>										
40498833 (KC558)	16/7-6/8	一,三,五	12:00-14:00	何文田體育館	6+	54	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>爵士舞訓練班</b>										
40498834 (KC559)	4/7-5/9	三	19:00-21:00	佛光街體育館	12+	70	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>兒童柔道訓練班</b>										
40498835 (KC560)	28/7-29/9	六	15:00-17:00	紅磡市政大廈體育館	6-11	65	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>社交舞訓練班</b>										
40498836 (KC561)	17/7-16/8	二,四	19:00-21:00	土瓜灣體育館	14+	86	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498837 (KC562)	9/7-8/8	一,三	15:00-17:00	佛光街體育館	14+	86	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>親子(6-12歲)社交舞訓練班</b>										
40498838 (KC563)	14/7-18/8	六	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	6+	88	30	1/6		
40498839 (KC564)	20/7-24/8	五	10:00-12:00	土瓜灣體育館	6+	88	30	1/6		
<b>太極同樂日</b>										
40498891 (KC616)	14/7	六	14:00-17:00	啟晴村中央公園舞台	6+	免費	50	14/7	即場報名	
<b>簡易太極班</b>										
40498840 (KC565)	1/7-16/9	日	7:00-8:00	紅磡市政大廈體育館	6+	54	30	15/6		
<b>太極劍訓練班</b>										
40498841 (KC566)	26/7-15/11 (25/9)除外	二,四,六	6:45-7:45	高山道公園(足球場)	6+	60	60	15/6		
40498842 (KC567)	26/7-15/11 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	聯合道公園(籃球場側空地)	6+	60	40	15/6		
40498843 (KC568)	26/7-15/11 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	九龍仔公園(2號小型足球場)	6+	60	40	25/6		
40498844 (KC569)	26/7-15/11 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	培正道遊樂場(籃球場)	6+	60	40	25/6		
40498845 (KC570)	26/7-15/11 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	何文田公園(小型足球場)	6+	60	40	25/6		
<b>瑜伽訓練班</b>										
40498846 (KC571)	3/7-2/8	二,四	19:00-21:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498847 (KC572)	6/7-7/9	五	14:00-16:00	佛光街體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498848 (KC573)	10/7-9/8	二,四	15:00-17:00	土瓜灣體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498849 (KC574)	10/7-11/9	二	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498850 (KC575)	10/7-11/9	二	14:00-16:00	佛光街體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498851 (KC576)	12/7-14/8	二,四	10:00-12:00	土瓜灣體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498852 (KC577)	13/7-14/9	五	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>										
40498828 (KC553)	13/7	五	9:00-12:00	土瓜灣體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498829 (KC554)	16/7	一	14:00-17:00	佛光街體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>正確使用健身室設施簡介會(A班)</b>										
40498826 (KC551)	7/7	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498830 (KC555)	28/7	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>正確使用健身室設施簡介會(B班)</b>										
40498827 (KC552)	7/7	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498831 (KC556)	28/7	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>兒童羽毛球訓練班</b>										
40498854 (KC579)	13/7-14/8	二,五	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	7-11	118	24	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498855 (KC580)	18/7-17/8	三,五	16:00-18:00	土瓜灣體育館	7-11	118	24	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>羽毛球訓練班</b>										
40498856 (KC581)	17/7-16/8	二,四	9:00-11:00	九龍城體育館	7+	118	24	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498857 (KC582)	18/7-17/8	三,五	9:00-11:00	九龍城體育館	7+	118	24	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
<b>親子(7-17)羽毛球訓練班</b>										
40498858 (KC583)	15/7-2/9 (22/7,5/8)除外	日	16:00-18:00	九龍城體育館	7+	73	24	11/6		
<b>親子羽毛球訓練班</b>										
40498859 (KC584)	6/7-10/8	五	19:00-21:00	土瓜灣體育館	7+	73	24	11/6		
40498860 (KC585)	21/7-25/8	六	10:00-12:00	土瓜灣體育館	7+	73	24	11/6		
<b>小輪車同樂日</b>										
40491361 (KC438)	8/7	日	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	1/6		
<b>小型網球訓練班</b>										
40498861 (KC586)	3/7-30/7 (9/7,23/7)除外	一,二,四	12:00-14:00	紅磡市政大廈體育館	6-12	70	16	16/5-23/5 (29/5)(22/6)		
40498862 (KC587)	3/7-24/7	一,二,四	16:00-18:00	紅磡市政大廈體育館	6-12	70	16	16/5-23/5 (29/5)(22/6)		
40498863 (KC588)	11/7-3/8 (16/7)除外	一,三,五	14:00-16:00	土瓜灣體育館	6-12	70	16	16/5-23/5 (29/5)(21/6)		
40498864 (KC589)	17/7-16/8	二,四	14:00-16:00	九龍城體育館	6-12	70	16	16/5-23/5 (29/5)(22/6)		
40498865 (KC590)	21/7-22/9	六	16:00-18:00	九龍城體育館	6-12	70	16	16/5-23/5 (29/5)(22/6)		
<b>壁球訓練班</b>										
40498866 (KC591)	4/7-27/7	三,五	19:00-21:00	紅磡市政大廈體育館	7+	160	12	11/6		

40498867 (KC592)	11/7-3/8	三,五	10:00-12:00	佛光街體育館	7+	160	12	11/6	■ i
40498868 (KC593)	12/7-7/8	二,四	14:00-16:00	佛光街體育館	7+	160	12	11/6	■ i
<b>乒乓球訓練班</b>									
40498871 (KC596)	6/7-27/7	一,三,五	18:00-20:00	何文田體育館	6+	86	24	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498872 (KC597)	13/7-3/8	一,三,五	7:00-9:00	何文田體育館	6+	86	24	8/6	■ i
40498873 (KC598)	22/7-30/9 (5/8)除外	日	8:00-10:00	何文田體育館	6+	86	24	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498874 (KC599)	22/7-30/9 (5/8)除外	日	10:00-12:00	何文田體育館	6+	86	24	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498875 (KC600)	24/7-23/8	二,四	7:00-9:00	何文田體育館	6+	86	24	8/6	■ i
<b>兒童乒乓球訓練班</b>									
40498869 (KC594)	13/7-3/8	一,三,五	9:00-11:00	何文田體育館	6-13	86	24	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498870 (KC595)	17/7-16/8	二,四	14:00-16:00	何文田體育館	6-13	86	24	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>少年網球訓練班</b>									
40498876 (KC601)	26/7-28/8	二,四	9:00-11:00	聯合道公園網球場	8-11	170	18	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>網球訓練班</b>									
40498879 (KC604)	17/7-16/8	二,四	19:00-21:00	聯合道公園網球場	8+	170	18	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498880 (KC605)	20/7-21/8	二,五	7:00-9:00	天光道網球場	8+	170	12	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498881 (KC606)	24/7-23/8	二,四	16:00-18:00	何文田體育館網球場	8+	170	12	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498882 (KC607)	30/7-20/8	一,三,五	7:00-9:00	聯合道公園網球場	8+	170	18	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>青年網球訓練班</b>									
40498877 (KC602)	16/7-6/8	一,三,五	17:00-19:00	九龍仔公園香港網球中心	12-17	170	12	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
40498878 (KC603)	17/7-7/8	二,四,六	9:00-11:00	天光道網球場	12-17	170	12	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>美式桌球訓練班-第一階段</b>									
40498853 (KC578)	12/7-2/8	四	14:00-16:00	何文田體育館	8+	120	6	8/6	■ i
<b>三人籃球比賽(女子組)</b>									
40498798 (KC523)	8/7	日	8:00-18:00	九龍城體育館	10+	50	16	16/5-22/5 (31/5)(21/6)	✉
<b>三人籃球比賽(男子組)</b>									
40498797 (KC522)	8/7	日	8:00-18:00	九龍城體育館	10+	50	24	16/5-22/5 (31/5)(21/6)	✉
<b>女子籃球訓練班</b>									
40498884 (KC609)	18/7-17/8	三,五	14:00-16:00	紅磡市政大廈體育館	10+	75	30	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>男子籃球訓練班</b>									
40498883 (KC608)	18/7-17/8	三,五	16:00-18:00	紅磡市政大廈體育館	10+	75	30	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>足球訓練班</b>									
40498885 (KC610)	7/7-8/9	六	16:00-18:00	何文田體育館	6+	60	30	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>女子排球訓練班</b>									
40498887 (KC612)	7/7-8/9	六	14:00-16:00	土瓜灣體育館	10+	70	30	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>男子排球訓練班</b>									
40498886 (KC611)	7/7-8/9	六	16:00-18:00	土瓜灣體育館	10+	70	30	16/5-23/5 (29/5)(22/6)	✉
<b>幼兒水上安全班</b>									
40482809 (KC85)	11/7-1/8	一,三,五	15:00-16:00	大環山游泳池	0-4	100	16	15/5-20/5 (28/5)(19/6)	✉
40482842 (KC118)	5/7-7/8	二,四	9:00-10:00	大環山游泳池	0-4	100	16	15/5-20/5 (28/5)(19/6)	✉
<b>社區團團計劃</b>									
40498889 (KC614)	21/7-18/11	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	九龍仔公園	12+	400	30	16/5-23/5 (29/5)(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。

#### 智障人士徒手健體同樂日

40498894 (KC619)	5/7	四	10:00-11:30	何文田體育館	14+	5	4/6	■
------------------	-----	---	-------------	--------	-----	---	-----	---

#### 智障人士室內短墊滾球同樂日

40498896 (KC621)	10/7	二	10:00-11:30	何文田體育館	8+	5	4/6	■
------------------	------	---	-------------	--------	----	---	-----	---

#### 精神病康復者美式桌球訓練計劃

40498892 (KC617)	4/7-25/7	三	11:00-13:00	何文田體育館	8+	2	4/6	■
------------------	----------	---	-------------	--------	----	---	-----	---

#### 智障人士室內攀登訓練計劃

40498895 (KC620)	7/7-28/7	六	10:00-12:00	東啟德體育館	12+	3	4/6	■
------------------	----------	---	-------------	--------	-----	---	-----	---

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)

40482787 (KC63)	11/7-1/8	一,三,五	7:00-8:00	大環山游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
-----------------	----------	-------	-----------	--------	----	----------------------------	---

40482790 (KC66)	11/7-1/8	一,三,五	8:00-9:00	大環山游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
-----------------	----------	-------	-----------	--------	----	----------------------------	---

40482819 (KC95)	10/7-23/7	一,二,三, 四,五	7:00-8:00	大環山游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482822 (KC98)	10/7-23/7	一,二,三, 四,五	8:00-9:00	大環山游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482928 (KC204)	4/7-25/7	一,三,五	7:00-8:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482930 (KC206)	4/7-25/7	一,三,五	8:00-9:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482932 (KC208)	4/7-25/7	一,三,五	9:00-10:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482938 (KC214)	12/7-27/7	二,三,四, 五	15:00-16:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482940 (KC216)	12/7-27/7	二,三,四, 五	16:00-17:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
40482942 (KC218)	12/7-27/7	二,三,四, 五	17:00-18:00	九龍仔游泳池	16	15/5-20/5 (28/5) {19/6}	✉
<b>長者游泳訓練班(第二階段)</b>							
40482837 (KC113)	5/7-7/8	二,四	7:00-8:00	大環山游泳池	20	15/5-20/5 (28/5) {16/6}	✉
<b>長者康體匯敘 - 八段錦</b>							
40498902 (KC627)	3/7-31/7	二	9:00-10:00	佛光街體育館	25	3/7-31/7	即場報名
40498903 (KC628)	5/7-26/7	四	9:00-11:00	土瓜灣體育館	30	5/7-26/7	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 長者健體</b>							
40498904 (KC629)	4/7-25/7	三	8:00-10:00	紅磡市政大廈體育館	30	4/7-25/7	即場報名
40498905 (KC630)	4/7-25/7	三	9:00-11:00	土瓜灣體育館	50	4/7-25/7	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 活力體操</b>							
40498907 (KC632)	5/7-26/7	四	14:00-16:00	紅磡市政大廈體育館	80	5/7-26/7	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 東方舞</b>							
40498908 (KC633)	10/7-31/7	二	9:00-11:00	土瓜灣體育館	90	10/7-31/7	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 社交舞</b>							
40498909 (KC634)	6/7-27/7	五	9:00-11:00	土瓜灣體育館	150	6/7-27/7	即場報名
<b>活力長者計劃 - 羽毛球</b>							
40498898 (KC623)	3/7-31/7	二	7:00-9:00	土瓜灣體育館	12	3/7-31/7	即場報名
40498899 (KC624)	9/7-30/7	一	9:00-11:00	九龍城體育館	24	9/7-30/7	即場報名
<b>活力長者計劃 - 乒乓球</b>							
40498900 (KC625)	5/7-26/7	四	9:00-11:00	土瓜灣體育館	36	5/7-26/7	即場報名
40498901 (KC626)	5/7-26/7	四	9:00-11:00	何文田體育館	36	5/7-26/7	即場報名
<b>活力長者計劃 - 美式桌球</b>							
40498897 (KC622)	6/7-27/7	五	9:00-11:00	何文田體育館	12	6/7-27/7	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 門球</b>							
40498906 (KC631)	4/7-25/7	三	9:00-11:00	紅磡市政大廈體育館	25	4/7-25/7	即場報名