



40502457 (YM0716)	30/8-4/10 (25/9)除外	二,四	20:00-22:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	12+	70	20	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502458 (YM0717)	20/8-19/9	一,三	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	12+	70	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

柔道訓練班

40502475 (YM0733)	11/8-13/10	六	14:00-16:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	12+	65	25	13/7	
-------------------	------------	---	-------------	----------------	-----	----	----	------	--

社交舞訓練班

40502459 (YM0718)	24/8-26/9	三,五	20:00-22:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	86	20	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502460 (YM0719)	15/8-14/9	三,五	9:00-11:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502461 (YM0720)	16/8-17/9	一,四	20:00-22:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	86	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502462 (YM0721)	21/8-20/9	二,四	15:00-17:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502463 (YM0722)	21/8-21/9	二,五	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	86	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502464 (YM0723)	28/8-4/10 (25/9,2/10)除外	二,四	10:00-12:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	14+	86	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

太極訓練班

40502506 (YM0762)	2/8-22/11 (25/9)除外	二,四,六	7:30-8:30	京士柏曲棍球場	6+	60	40	13/7	
40502507 (YM0763)	6/8-28/11 (1/10,17/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	京士柏曲棍球場	6+	60	40	6/7	
40502508 (YM0764)	2/8-22/11 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	6+	60	60	4/7	

太極劍訓練班

40502509 (YM0765)	1/8-26/11 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	6+	60	40	4/7	
-------------------	----------------------------------	-------	-----------	---------	----	----	----	-----	--

瑜伽訓練班

40502465 (YM0724)	9/8-11/10	四	19:00-21:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502466 (YM0725)	12/8-14/10	日	8:00-10:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502468 (YM0726)	3/8-5/9	三,五	10:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502469 (YM0727)	6/8-7/9	一,五	18:00-20:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502470 (YM0728)	15/8-14/9	三,五	20:00-22:00	官涌體育館(6樓舞蹈室)	15+	85	25	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

正確使用健身室設施簡介會

40502354 (YM0682)	3/8	五	19:00-22:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	免費	25	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502364 (YM0684)	4/8	六	14:00-17:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	免費	25	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502370 (YM0686)	12/8	日	10:00-13:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502372 (YM0687)	18/8	六	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502374 (YM0688)	21/8	二	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/6-19/6 (26/6){16/7}	

壓力處理與鬆弛技巧訓練班

40502471 (YM0729)	1/8-14/9	三,五	12:00-13:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502472 (YM0730)	1/8-14/9	三,五	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502473 (YM0731)	4/8-3/11	六	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
40502474 (YM0732)	4/8-3/11	六	14:00-15:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	15/6-19/6 (26/6){16/7}	

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40502498 (YM0756)	18/8	六	10:00-11:00	九龍公園體育館(主場)	7+	免費	24	17/7	
40502499 (YM0801)	18/8	六	11:00-12:00	九龍公園體育館(主場)	7+	免費	24	17/7	
40502500 (YM0802)	18/8	六	12:00-13:00	九龍公園體育館(主場)	7+	免費	24	17/7	

羽毛球訓練班

40502492 (YM0750)	21/8-20/9	二,四	7:00-9:00	花園街體育館(十三樓主場)	7+	118	18	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502493 (YM0751)	8/8-10/9	一,三	19:00-21:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502494 (YM0752)	23/8-27/9 (25/9)除外	二,四	9:00-11:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502495 (YM0753)	2/8-4/10	四	19:00-21:00	官涌體育館(六樓主場)	7+	118	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502496 (YM0754)	7/8-7/9	二,五	19:00-21:00	官涌體育館(六樓主場)	12+	118	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502497 (YM0755)	22/8-21/9	三,五	19:00-21:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	118	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

少年第一階段劍擊訓練班

40502479 (YM0737)	3/8-24/8	五	14:00-16:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	9-14	50	20	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
-------------------	----------	---	-------------	----------------	------	----	----	------------------------	--

第一階段劍擊訓練班

40502478 (YM0736)	1/8-22/8	三	14:00-16:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	15+	50	20	15/6-19/6 (26/6){16/7}	
-------------------	----------	---	-------------	----------------	-----	----	----	------------------------	--

壁球訓練班

40502481 (YM0739)	2/8-28/8	二,四	7:00-9:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	5/7	
40502482 (YM0740)	2/8-28/8	二,四	18:30-20:30	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502483 (YM0741)	3/8-29/8	三,五	19:00-21:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502484 (YM0742)	9/8-3/9	一,四	19:00-21:00	花園街體育館(十一樓壁球室)	7+	160	12	5/7	
40502485 (YM0743)	27/8-22/10 (1/10)除外	一	19:00-21:00	界限街二號體育館	7+	160	12	27/7	

青少年壁球訓練班

40502486 (YM0744)	8/8-27/8 (20/8)除外	一,三,五	9:00-11:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7-17	160	12	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502487 (YM0745)	8/8-27/8 (20/8)除外	一,三,五	11:00-13:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7-17	160	12	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

兒童乒乓球訓練班

40502503 (YM0759)	1/8-22/8	一,三,五	15:00-16:30	官涌體育館(五樓2號活動室)	6-9	86	20	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502504 (YM0760)	2/8-23/8	二,四,六	9:00-10:30	官涌體育館(五樓2號活動室)	6-9	86	20	22/6-26/6 (6/7){26/7}	



少年乒乓球訓練班

40502501 (YM0757)	1/8-22/8	一,三,五	16:30-18:30	官涌體育館(五樓2號活動室)	10-13	86	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502502 (YM0758)	2/8-23/8	二,四,六	10:30-12:30	官涌體育館(五樓2號活動室)	10-13	86	24	22/6-26/6 (6/7){26/7}	





網球訓練班

40502488 (YM0746)	13/8-12/9	一,三	19:00-21:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502489 (YM0747)	21/8-20/9	二,四	7:00-9:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502490 (YM0748)	22/8-21/9	三,五	9:00-11:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	22/6-26/6 (6/7){26/7}	
40502491 (YM0749)	2/8-4/9	二,四	19:00-21:00	櫻桃街公園網球場	8+	170	12	22/6-26/6 (6/7){26/7}	

圍棋訓練班 (第三階段)

40502480 (YM0738)	11/8-15/9	六	14:30-16:30	花園街體育館(十二樓3號活動室)	6+	40	20	13/7	 
-------------------	-----------	---	-------------	------------------	----	----	----	------	---



家庭飛盤共奔FUN同樂日

40490952 (YM0171)	18/8	六	13:00-14:30	花園街體育館	6+	免費	40	16/7	 
40490953 (YM0172)	18/8	六	14:30-16:00	花園街體育館	6+	免費	40	16/7	 



兒童曲棍球訓練班

40502505 (YM0761)	6/8-27/8	一,三,五	14:15-16:15	京士柏曲棍球場	8-15	40	24	6/7	 
-------------------	----------	-------	-------------	---------	------	----	----	-----	---

運動攀登同樂日

40502477 (YM0735)	5/8	日	9:00-12:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	免費	60	6/7	 
-------------------	-----	---	------------	--------------	-----	----	----	-----	---

運動攀登訓練班

40502476 (YM0734)	18/8-25/8	六	14:00-17:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	40	15	18/7	 
-------------------	-----------	---	-------------	--------------	-----	----	----	------	---

功夫閣

40502510 (YM0766)	5/8	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	5/8	即場報名
40502511 (YM0767)	12/8	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	12/8	即場報名
40502512 (YM0768)	19/8	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	19/8	即場報名
40502513 (YM0769)	26/8	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	26/8	即場報名

全民運動日

40502537 (YM0793)	5/8	日	14:00-18:00	九龍公園體育館	不限	免費	2164	5/8	即場報名
-------------------	-----	---	-------------	---------	----	----	------	-----	------

清晨觀鳥匯聚

40502514 (YM0770)	3/8-31/8	五	7:30-9:30	九龍公園拱廊 (集合)	不限	免費	20	3/8-31/8	即場報名
-------------------	----------	---	-----------	-------------	----	----	----	----------	------

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。

視障人士初級園藝同樂日

40503215 (YM0803)	18/8	六	10:00-13:00	九龍公園綠化教育資源中心	15+	4	4/7	
-------------------	------	---	-------------	--------------	-----	---	-----	---


長期病患者徒手健體計劃

40502531 (YM0787)	7/8-28/8	二	9:00-10:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	8+	3	4/7	
-------------------	----------	---	------------	--------------	----	---	-----	---

長期病患者水中健體訓練計劃

40502528 (YM0784)	30/8	四	10:00-12:00	九龍公園游泳池（訓練池）	6+	3	4/7	
-------------------	------	---	-------------	--------------	----	---	-----	---

聽覺受損人士籃球訓練計劃

40502529 (YM0785)	27/8-17/9	一	21:00-23:00	官涌體育館(六樓主場)	14-45	4	4/7	
-------------------	-----------	---	-------------	-------------	-------	---	-----	---

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

長者康體匯敘 - 八段錦

40502516 (YM0772)	1/8-31/8 (6/8,20/8)除外	一,三,五	7:00-9:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	30	1/8-31/8	即場報名
40502517 (YM0773)	7/8-28/8	二	8:00-9:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	7/8-28/8	即場報名
40502518 (YM0774)	7/8-28/8	二	9:00-10:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	7/8-28/8	即場報名

長者康體匯敘 - 徒手健體

40502519 (YM0775)	2/8-30/8	二,四	14:00-15:00	花園街體育館(10樓2號活動室)	30	2/8-30/8	即場報名
40502520 (YM0776)	3/8-31/8	五	8:00-9:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	30	3/8-31/8	即場報名
40502521 (YM0777)	3/8-31/8	五	9:00-10:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	30	3/8-31/8	即場報名

長者康體匯敘 - 太極

40502515 (YM0771)	5/8-26/8	日	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	140	5/8-26/8	即場報名
-------------------	----------	---	-----------	---------	-----	----------	------

長者康體匯敘- 羽毛球同樂

40502525 (YM0781)	2/8-30/8	二,四	8:00-10:00	大角咀體育館(七樓主場)	24	2/8-30/8	即場報名
-------------------	----------	-----	------------	--------------	----	----------	------

長者康體匯敘 - 室內短墊滾球

40502524 (YM0780)	1/8-29/8	三	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	20	1/8-29/8	即場報名
-------------------	----------	---	------------	-------------	----	----------	------

長者康體匯敘 - 乒乓球

40502526 (YM0782)	3/8-31/8	二,五	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	24	3/8-31/8	即場報名
-------------------	----------	-----	-----------	--------------	----	----------	------

活力長者計劃 - 門球

40502522 (YM0778)	1/8-29/8	三	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	20	1/8-29/8	即場報名
40502523 (YM0779)	2/8-30/8	四	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	16	2/8-30/8	即場報名