

**康乐及文化事务署
社区康乐活动
2017年12月份康乐体育活动一览表**

西贡区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/投票日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
长跑训练班									
40478744	5/12-6/2	二	19:00-21:00	将军澳运动场	16+	130	40	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
健体舞训练班									
40481376 (SK1252)	12/12-9/1 (26/12)除外	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	20	10/11	
40481377 (SK1253)	12/12-9/1 (26/12)除外	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	20	10/11	
40481378 (SK1254)	8/12-17/1	三,五	19:00-20:00	翠林体育馆	14+	65	20	8/11	
40481379 (SK1255)	8/12-17/1	三,五	20:00-21:00	翠林体育馆	14+	65	20	8/11	
40481380 (SK1256)	27/12-26/1 (1/1,15/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	宝林体育馆	14+	65	24	23/11	
40481381 (SK1257)	27/12-26/1 (1/1,15/1)除外	一,三,五	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	65	24	23/11	
40481382 (SK1258)	21/12-1/2 (26/12)除外	二,四	19:00-20:00	宝林体育馆	14+	65	24	17/11	
40481383 (SK1259)	21/12-1/2 (26/12)除外	二,四	20:00-21:00	宝林体育馆	14+	65	24	17/11	
40481384 (SK1260)	7/12-18/1 (26/12)除外	二,四	14:00-15:00	坑口体育馆	14+	65	30	3/11	
40481385 (SK1261)	7/12-18/1 (26/12)除外	二,四	15:00-16:00	坑口体育馆	14+	65	30	3/11	
40481386 (SK1262)	16/12-10/3 (17/2)除外	六	14:00-15:00	调景岭体育馆	14+	65	30	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481387 (SK1263)	16/12-10/3 (17/2)除外	六	15:00-16:00	调景岭体育馆	14+	65	30	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481443 (SK1314)	20/12-31/1 (27/12)除外	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	12	9/11	
40481444 (SK1315)	20/12-31/1 (27/12)除外	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	12	9/11	
40481461 (SK1332)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	19:00-20:00	香港单车馆	14+	65	24	27/10	
40481462 (SK1333)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	20:00-21:00	香港单车馆	14+	65	24	27/10	
40481463 (SK1334)	1/12-29/12 (25/12)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港单车馆	14+	65	24	24/10	
40481464 (SK1335)	1/12-29/12 (25/12)除外	一,三,五	15:00-16:00	香港单车馆	14+	65	24	24/10	
儿童舞训练班									
40481446 (SK1317)	23/12-3/3 (17/2)除外	六	16:00-18:00	宝林体育馆	4-6	60	20	21/11	
西贡区圣诞舞蹈之夜									
40481438 (SK1309)	16/12	六	19:00-23:00	坑口体育馆	不限	20	300	17/11	
舞蹈同乐日(土风舞)									
40481393 (SK1269)	23/12	六	9:00-12:00	调景岭体育馆	14+	免费	80	21/11	
器械健体训练班									
① 从未参加过器械健体训练班或已届满不合资格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合资格期指由上次获取录参加的器械健体训练班完成月份起计，直至下年同一月份的最后一天。例如：如申请者最后参加器械健体训练班的完班月份为2016年3月，其不合资格期将由2016年3月开始至2017年3月31日为止。 以先到先得方式报名的训练班：报名首天只接受新申请者报名，余额于翌日上午8时30分开始公开接受报名 以抽签方式报名的训练班：新申请者将获优先录取，余额则按抽签结果由其他申请人填补。									
40481395 (SK1271)	6/12-17/1 (27/12)除外	三,五	9:00-10:00	翠林体育馆	15+	75	20	@1/11	
40481396 (SK1272)	6/12-17/1 (27/12)除外	三,五	10:00-11:00	翠林体育馆	15+	75	20	@1/11	
40481397 (SK1273)	27/12-24/1 (1/1)除外	一,三,五	15:00-16:00	翠林体育馆	15+	75	20	@22/11	
40481398 (SK1274)	27/12-24/1 (1/1)除外	一,三,五	16:00-17:00	翠林体育馆	15+	75	20	@22/11	
40481399 (SK1275)	7/12-18/1 (26/12)除外	二,四	19:00-20:00	翠林体育馆	15+	75	20	@2/11	
40481400 (SK1276)	7/12-18/1 (26/12)除外	二,四	20:00-21:00	翠林体育馆	15+	75	20	@2/11	
40481401 (SK1277)	2/12-30/12 (26/12)除外	二,四,六	9:00-10:00	宝林体育馆	15+	75	20	@26/10	
40481402 (SK1278)	2/12-30/12 (26/12)除外	二,四,六	10:00-11:00	宝林体育馆	15+	75	20	@26/10	
40481403 (SK1279)	18/12-31/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-20:00	宝林体育馆	15+	75	20	@15/11	
40481404 (SK1280)	18/12-31/1 (25/12,1/1)除外	一,三	20:00-21:00	宝林体育馆	15+	75	20	@15/11	
40481405 (SK1281)	18/12-31/1 (25/12,1/1)除外	一,三	21:00-22:00	宝林体育馆	15+	75	20	@15/11	
爵士舞训练班									
40481420 (SK1291)	7/12-11/1 (26/12)除外	二,四	19:00-21:00	调景岭体育馆	12+	70	30	3/11	
简易太极班									
40481456 (SK1327)	31/12-25/3 (18/2)除外	日	8:00-9:00	将军澳游泳池外空地	6+	54	30	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481457 (SK1328)	31/12-25/3 (18/2)除外	日	9:00-10:00	常宁游乐场太极场	6+	54	30	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481458 (SK1329)	30/12-24/3 (17/2)除外	六	9:00-10:00	常宁游乐场太极场	6+	54	30	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481459 (SK1330)	30/12-24/3 (17/2)除外	六	7:00-8:00	彩明苑商场天台羽毛球场	6+	54	30	14/11	
太极剑训练班									
40481439 (SK1310)	5/12-29/3 (26/12,17/2)除外	二,四,六	7:00-8:00	惠民路游乐场	6+	60	40	25/10	
正确使用健身室设施简介会									
40481448 (SK1319)	5/12	二	14:00-17:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	

40481449 (SK1320)	13/12	三	19:00-22:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
40481450 (SK1321)	13/12	三	20:00-23:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	

正确使用健身室设施简介会(英语授课)

40481447 (SK1318)	5/12	二	13:00-16:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	----	-------------------------------	--

压力管理与松弛技巧

40481427 (SK1298)	4/12-26/3 (25/12,1/1,19/2)除外	一	9:00-10:00	将军澳体育馆	14+	80	20	26/10	
40481428 (SK1299)	4/12-26/3 (25/12,1/1,19/2)除外	一	10:00-11:00	将军澳体育馆	14+	80	20	26/10	
40481429 (SK1300)	13/12-4/4 (27/12,7/3,14/3)除外	三	10:00-11:00	坑口体育馆	14+	80	30	2/11	
40481430 (SK1301)	5/12-23/1 (26/12)除外	二,四	10:00-11:00	调景岭体育馆	14+	80	30	1/11	
40481469 (SK1340)	4/12-26/3 (25/12,1/1,19/2)除外	一	10:00-11:00	香港单车馆	14+	80	30	31/10	

亲子(7-17岁)羽毛球训练班

40481460 (SK1331)	2/12-6/1	六	14:00-16:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	73	18	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
-------------------	----------	---	-------------	-------------	----	----	----	-------------------------------	--

羽毛球训练班

40481388 (SK1264)	20/12-19/1	三,五	8:00-10:00	将军澳体育馆	7+	118	24	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481389 (SK1265)	19/12-23/1 (26/12)除外	二,四	8:00-10:00	翠林体育馆	7+	118	24	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481390 (SK1266)	27/12-26/1	三,五	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	118	24	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481391 (SK1267)	19/12-23/1 (26/12)除外	二,四	19:00-21:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	118	18	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481392 (SK1268)	7/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,四	15:00-17:00	坑口体育馆	7+	118	24	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	

场地单车体验日

40476055 (SK1344)	2/12	六	14:30-17:30	香港单车馆	11+	免费	20	25/10	
40476056 (SK1345)	9/12	六	9:30-12:30	香港单车馆	11+	免费	20	8/11	
40476057 (SK1346)	30/12	六	9:30-12:30	香港单车馆	11+	免费	20	20/11	

场地单车训练班(第二阶段)

40476253 (SK1341)	26/12	二	14:00-18:00	香港单车馆	11+	140	20	24/11	
-------------------	-------	---	-------------	-------	-----	-----	----	-------	--

草地滚球训练班

40481434 (SK1305)	13/12-5/1	三,五	16:00-18:00	坑口文曲里公园	8+	54	16	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
-------------------	-----------	-----	-------------	---------	----	----	----	-------------------------------	--

小型网球训练班

40481424 (SK1295)	9/12-10/2	六	13:00-15:00	翠林体育馆	6-12	70	16	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
-------------------	-----------	---	-------------	-------	------	----	----	-------------------------------	--

壁球训练班

40481425 (SK1296)	19/12-16/1 (26/12)除外	二,四	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	160	8	14/11	
40481426 (SK1297)	29/12-24/1	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	8	23/11	

乒乓球训练班

40481431 (SK1302)	10/12-11/2	日	16:00-18:00	翠林体育馆	6+	86	12	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
40481432 (SK1303)	23/12-3/3 (17/2)除外	六	14:00-16:00	宝林体育馆	14+	86	18	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	

网球训练班

40481440 (SK1311)	28/12-1/2 (1/1)除外	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	18	18/10-24/10 (6/11) {4/12}	
40481441 (SK1312)	4/12-10/1 (25/12,1/1)除外	一,三	9:00-11:00	宝翠公园	8+	170	18	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	
40481445 (SK1316)	11/12-18/1 (25/12,1/1)除外	一,四	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	12	18/10-24/10 (6/11) {27/11}	

普及健体运动-行山乐

40481433 (SK1304)	17/12	日	9:00-17:00	B10 夫人地马下塘	6+	40	48	16/11	
-------------------	-------	---	------------	------------	----	----	----	-------	--

家庭宿营

40481437 (SK1308)	16/12-17/12	六,日	14:00-15:00	西贡户外康乐中心	不限	86	48	16/11	
-------------------	-------------	-----	-------------	----------	----	----	----	-------	--

运动攀登同乐日

40481451 (SK1322)	16/12	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	不限	免费	24	13/11	
40481452 (SK 1323)	16/12	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	不限	免费	24	13/11	

残疾人士活动编号 (班号) (费用全免)	日期	星期	时间	地点	年龄	名额	报名/投票日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
----------------------------	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

专为残疾人士举办的活动的报名方法

残疾人士可于主办分区康乐事务办事处或全港其他分区办事处，报名参加专为残疾人士而设的活动。每名参加者可带同一名同行照料者出席，报名费用全免。有关同行照料者的安排如下：

训练计划：同行照料者可于训练当日陪同已报名的残疾人士出席。教练会于每次课堂前派发「同行照料者证」，以资识别。

其他活动：同行照料者须与残疾人士一同报名参加同乐活动，以便安排旅游车及营舍名额；报名后获发「许可证」，并须于出席活动时出示该证。

残疾人士日营

40481436 (SK1307)	1/12	五	10:30-16:00	麦理浩夫人渡假村	不限	60	24/10	
-------------------	------	---	-------------	----------	----	----	-------	--

长者活动编号 (班号) (供60岁或以上人士参加, 费用全免)	日期	星期	时间	地点	名额	报名/投票日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者八段锦训练班

40481360 (SK1236)	16/12-13/1 (26/12)除外	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德泽楼侧球场	30	18/10-24/10 (6/11){4/12}	
-------------------	-------------------------	-------	------------	-----------	----	-----------------------------	--

40481361 (SK1237)	16/12-13/1 (26/12)除外	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕楼侧球场	30	18/10-24/10 (6/11){4/12}	✉
40481362 (SK1238)	16/12-13/1 (26/12)除外	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨谭辉烈纪念剧场	30	18/10-24/10 (6/11){4/12}	✉
40481363 (SK1239)	16/12-13/1 (26/12)除外	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商场平台花园	30	18/10-24/10 (6/11){4/12}	✉
康体汇叙 - 长者徒手健体操							
40481435 (SK1306)	1/12-22/12	五	8:00-10:00	翠林体育馆	20	18/10-24/10 (6/11){27/11}	✉
长者徒手健体训练班							
40481406 (SK1282)	20/12-26/1 (25/12,1/1,15/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	宝林体育馆	20	18/10-24/10 (6/11){4/12}	✉
长者器械健体训练班							
@ 从未参加过器械健体训练班或已届满不合资格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合资格期指由上次获取录参加的器械健体训练班完成月份起计，直至下年同一月份的最后一天。例如：如申请者最后参加器械健体训练班的完班月份为2016年3月，其不合资格期将由2016年3月开始至2017年3月31日为止。 以先到先得方式报名的训练班：报名首天只接受新申请者报名，余额于翌日上午8时30分开始公开接受报名 以抽籤方式报名的训练班：新申请者将获优先录取，余额则按抽籤结果由其他申请人填补。							
40481394 (SK1270)	14/12-30/1 (26/12,2/1)除外	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	20	@18/10-24/10 (6/11){27/11}	✉
长者体操训练班							
40481407 (SK1283)	7/12-23/1 (26/12)除外	二,四,六	8:00-9:00	翠林体育馆	20	18/10-24/10 (6/11){27/11}	✉
康体汇叙 - 太极							
40481365 (SK1241)	7/12-28/12	四	7:00-8:00	康盛花园平台花园	35	7/12-28/12	即场报名
40481366 (SK1242)	7/12-28/12	四	7:00-8:00	将军澳游泳池对出空地	35	7/12-28/12	即场报名
40481367 (SK1243)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	坑口文曲里公园	35	6/12-27/12	即场报名
40481368 (SK1244)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	厚德邨德泽楼侧球场	35	6/12-27/12	即场报名
40481369 (SK1245)	6/12-27/12	三	19:30-20:30	厚德邨德泽楼侧球场	35	6/12-27/12	即场报名
40481370 (SK1246)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	明德邨商场上盖篮球场	35	6/12-27/12	即场报名
40481371 (SK1247)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	宝翠公园硬地足球场	35	6/12-27/12	即场报名
40481372 (SK1248)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	尚德邨谭辉烈纪念剧场	35	6/12-27/12	即场报名
40481373 (SK1249)	6/12-27/12	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	6/12-27/12	即场报名
康体汇叙 - 太极剑							
40481364 (SK1240)	7/12-28/12	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	7/12-28/12	即场报名
活力长者计划-乒乓球自习							
40481415 (SK1286)	6/12-20/12	三	8:00-9:00	翠林体育馆	8	31/10	✉ i
40481416 (SK1287)	1/12-29/12	五	8:00-9:00	翠林体育馆	8	31/10	✉ i
40481417 (SK1288)	7/12-28/12	四	7:00-8:00	坑口体育馆	12	7/11	✉ i
40481418 (SK1289)	7/12-28/12	四	8:00-9:00	坑口体育馆	12	7/11	✉ i
40481419 (SK1290)	7/12-28/12	四	9:00-10:00	坑口体育馆	12	7/11	✉ i
活力长者计划-羽毛球自习计划							
40476245 (SK1069)	4/12-18/12	一	7:00-9:00	香港单车馆	20	25/10	✉ i
活力长者计划 - 舞蹈同乐							
40481408 (SK1284)	6/12-31/1	三	9:00-11:00	将军澳体育馆	24	27/10	✉
40481409 (SK1285)	4/12-29/1 (25/12,1/1)除外	一	9:00-11:00	坑口体育馆	50	27/10	✉
长者乒乓球训练班							
40481442 (SK1313)	30/12-10/3 (17/2)除外	六	10:00-12:00	西贡壁球场	12	18/10-24/10 (6/11){27/11}	✉