

**康乐及文化事务署
社区康乐活动
2018年4月份康乐体育活动一览表**

葵青区										
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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									
40485972	18/4-20/6	三	19:00-21:00	青衣运动场	16+	130	40	19/3	<input type="checkbox"/> i
健体舞训练班									
40484671	4/4-14/5	一,三	18:00-19:00	青衣西南体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40484672	4/4-14/5	一,三	19:00-20:00	青衣西南体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40486333	24/4-7/6 (1/5,22/5)除外	二,四	19:00-20:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	65	16	8/3	<input type="checkbox"/> i
40486334	24/4-7/6 (1/5,22/5)除外	二,四	20:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	65	16	8/3	<input type="checkbox"/> i
40487848	4/4-11/5	三,五	19:00-20:00	大窝口体育馆	14+	65	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40487849	4/4-11/5	三,五	20:00-21:00	大窝口体育馆	14+	65	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40487850	6/4-22/6	五	13:00-14:00	大窝口体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40487851	6/4-22/6	五	14:00-15:00	大窝口体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40487852	4/4-16/5 (2/5)除外	一,三	9:00-10:00	大窝口体育馆	14+	65	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40487853	4/4-16/5 (2/5)除外	一,三	10:00-11:00	大窝口体育馆	14+	65	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40487882	6/4-16/5	三,五	9:00-10:00	荔景体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40487883	6/4-16/5	三,五	10:00-11:00	荔景体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40487884	4/4-14/5	一,三	19:00-20:00	荔景体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40487885	4/4-14/5	一,三	20:00-21:00	荔景体育馆	14+	65	25	6/3	<input type="checkbox"/> i
40488454	9/4-17/5	一,四	19:00-20:00	林士德体育馆	14+	65	16	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40488455	9/4-17/5	一,四	20:00-21:00	林士德体育馆	14+	65	16	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40488565	9/4-17/5	一,四	14:00-15:00	长发体育馆	14+	65	20	6/3	<input type="checkbox"/> i
40488773	16/4-25/5	一,五	19:00-20:00	枫树窝体育馆	14+	65	20	8/3	<input type="checkbox"/> i
40488774	16/4-25/5	一,五	20:00-21:00	枫树窝体育馆	14+	65	20	8/3	<input type="checkbox"/> i
40489206	16/4-23/5	一,三	13:00-14:00	青衣体育馆	14+	65	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40489208	16/4-23/5	一,三	14:00-15:00	青衣体育馆	14+	65	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40489209	10/4-24/5 (1/5,22/5)除外	二,四	19:00-20:00	青衣体育馆	14+	65	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40489210	10/4-24/5 (1/5,22/5)除外	二,四	20:00-21:00	青衣体育馆	14+	65	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
40489211	11/4-23/5 (2/5)除外	三,五	8:00-9:00	青衣体育馆	14+	65	30	8/3	<input type="checkbox"/> i
40489213	11/4-23/5 (2/5)除外	三,五	9:00-10:00	青衣体育馆	14+	65	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	<input type="checkbox"/>
八段锦训练班									
40484687	10/4-24/5 (1/5,22/5)除外	二,四	9:00-10:00	青衣西南体育馆	8+	80	30	13/3	<input type="checkbox"/> i
40484688	10/4-24/5 (1/5,22/5)除外	二,四	10:00-11:00	青衣西南体育馆	8+	80	30	13/3	<input type="checkbox"/> i
40486349	25/4-1/6	三,五	8:00-9:00	北葵涌邓肇坚体育馆	8+	80	30	13/3	<input type="checkbox"/> i
40487855	3/4-3/7 (1/5,22/5)除外	二	19:00-20:00	大窝口体育馆	8+	80	25	13/3	<input type="checkbox"/> i
40487856	3/4-3/7 (1/5,22/5)除外	二	20:00-21:00	大窝口体育馆	8+	80	25	13/3	<input type="checkbox"/> i
40489217	11/4-27/6	三	14:00-15:00	青衣体育馆	8+	80	30	13/3	<input type="checkbox"/> i
40489219	11/4-27/6	三	15:00-16:00	青衣体育馆	8+	80	30	13/3	<input type="checkbox"/> i
儿童舞训练班									
40487859	7/4-9/6	六	16:00-18:00	大窝口体育馆	4-6	60	20	8/3	<input type="checkbox"/> i
40488573	22/4-24/6	日	15:00-17:00	长发体育馆	4-6	60	20	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	<input type="checkbox"/>
中国舞训练班									
40488778	22/4-24/6	日	15:00-17:00	枫树窝体育馆	14+	45	20	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	<input type="checkbox"/>
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录取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。									
40486368	26/4-12/6 (1/5,22/5)除外	二,四	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	14	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40486369	26/4-12/6 (1/5,22/5)除外	二,四	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	14	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40486370	26/4-12/6 (1/5,22/5)除外	二,四	19:00-20:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	14	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40486371	26/4-12/6 (1/5,22/5)除外	二,四	20:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	14	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487860	4/4-14/5	一,三	20:00-21:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487861	4/4-14/5	一,三	21:00-22:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487862	3/4-17/5 (5/4,1/5)除外	二,四	19:00-20:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487863	3/4-17/5 (5/4,1/5)除外	二,四	20:00-21:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487864	4/4-16/5 (2/5)除外	三,五	9:00-10:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@23/2-27/2 (7/3) {26/3}	<input type="checkbox"/>
40487865	4/4-16/5 (2/5)除外	三,五	10:00-11:00	大窝口体育馆	15+	75	20	@23/2-27/2 (7/3) {26/3}	<input type="checkbox"/>
40487886	6/4-16/5	三,五	9:00-10:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i
40487887	6/4-16/5	三,五	10:00-11:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	<input type="checkbox"/> i

40487888	4/4-14/5	一,三	19:00-20:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40487889	4/4-14/5	一,三	20:00-21:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40487890	9/4-17/5	一,四	9:00-10:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40487891	9/4-17/5	一,四	10:00-11:00	荔景体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40488566	9/4-17/5	一,四	15:00-16:00	长发体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40488771	11/4-18/5	三,五	19:00-20:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40488772	11/4-18/5	三,五	20:00-21:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40488779	15/4-8/7 (1/7)除外	日	10:00-11:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
40488780	15/4-8/7 (1/7)除外	日	11:00-12:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@20/3	■ i
爵士舞训练班									
40489253	15/4-17/6	日	9:00-11:00	青衣体育馆	14+	70	30	12/3	■ i
社交舞训练班									
40487868	1/4-17/6 (15/4,13/5)除外	日	15:00-17:00	大窝口体育馆	14+	86	26	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488407	1/4-3/6	日	19:00-21:00	林士德体育馆	14+	86	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488568	10/4-26/6 (1/5,22/5) 除外	二	14:00-16:00	长发体育馆	14+	86	26	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488775	11/4-13/6	三	14:00-16:00	枫树窝体育馆	14+	86	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488776	19/4-21/6	四	19:00-21:00	枫树窝体育馆	14+	86	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489254	13/4-15/6	五	14:00-16:00	青衣体育馆	14+	86	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489255	16/4-25/6 (18/6)除外	一	19:00-21:00	青衣体育馆	14+	86	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40493708	7/4-9/6	六	19:00-21:00	荔景体育馆	14+	86	26	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
太极拳训练班									
40487740 (KWT0075)	21/4-14/8 (1/5,22/5) 除外	二,四,六	7:00-8:00	石篱-邨石逸楼旁足球场	6+	60	40	9/3	■ i
40487741 (KWT0074)	21/4-14/8 (1/5,22/5) 除外	二,四,六	18:00-19:00	丽瑶邨贵瑶楼侧平台	6+	60	40	9/3	■ i
40487812 (071)	21/4-14/8 (1/5,22/5) 除外	二,四,六	7:00-8:00	葵涌运动场 (硬地足球场)	6+	60	40	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉
40487813 (072)	21/4-14/8 (1/5,22/5) 除外	二,四,六	20:00-21:00	葵涌运动场 (硬地足球场)	6+	60	40	9/3	■ i
40487814 (078)	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:00-8:00	葵盛西邨	6+	60	30	9/3	■ i
40487897	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:00-8:00	荔景足球场	6+	60	40	9/3	■ i
40487965 (082)	25/4-17/8 (18/6,2/7除外)	一、三、五	20:15-21:15	青衣运动场(近宏福花园空地)	6+	60	35	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉
40487993 (073)	21/4-14/8 (1/5,22/5除外)	二、四、六	6:30-7:30	长康邨康丰楼侧有盖篮球场	6+	60	40	9/3	■ i
40488352	21/4-14/8 (1/5,22/5) 除外	二,四,六	8:00-9:00	安捷街足球场	6+	60	40	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉
40488353	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:00-8:00	青绿街花园	6+	60	40	9/3	■ i
40488411	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:00-8:00	兴芳路足球场	6+	60	40	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉
40488545 (KWT0079)	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:00-8:00	荔景山湖游乐场(篮球场)	6+	60	40	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉
简易太极班									
40486329	24/4-7/6 (1/5,22/5)除 外	二,四	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	6+	54	30	12/3	■ i
40488563	8/4-24/6	日	9:00-10:00	长发体育馆	6+	54	30	12/3	■ i
40488564	8/4-24/6	日	10:00-11:00	长发体育馆	6+	54	30	12/3	■ i
太极剑训练班									
40487742 (KWT0087)	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	7:15-8:15	华景山庄	6+	60	40	7/3	■ i
40487975 (086)	25/4-17/8 (18/6,2/7除外)	一、三、五	7:00-8:00	长安村安涛楼篮球场	6+	60	40	7/3	■ i
40488011 (084)	21/4-14/8 (1/5,22/5除外)	二、四、五	7:00-8:00	大窝口邨近富国楼篮球场	6+	60	35	7/3	■ i
40488017 (083)	21/4-14/8 (1/5,22/5除外)	二、四、六	7:00-8:00	长亨邨近亨翠楼平台	6+	60	40	7/3	■ i
40488026 (085)	25/4-17/8 (18/6,2/7除外)	一、三、五	7:00-8:00	青衣公园足球场	6+	60	40	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉
40488348	25/4-17/8 (18/6,2/7) 除外	一,三,五	8:00-9:00	安捷街足球场	6+	60	40	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉
西方土风舞训练班									
40488409	4/4-6/6	三	19:00-21:00	林士德体育馆	8+	45	20	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
瑜伽训练班									
40488408	3/4-19/6 (1/5,22/5)除 外	二	19:00-21:00	林士德体育馆	15+	85	16	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488571	22/4-24/6	日	10:00-12:00	长发体育馆	15+	85	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489257	11/4-13/6	三	19:00-21:00	青衣体育馆	15+	85	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489258	13/4-15/6	五	10:00-12:00	青衣体育馆	15+	85	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489259	13/4-15/6	五	19:00-21:00	青衣体育馆	15+	85	30	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40493710	12/4-14/6	四	19:00-21:00	荔景体育馆	15+	85	25	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
活力长者计划-乒乓球自习									
40489244	9/4-30/4	一	7:00-8:00	青衣体育馆	60+	免费	24	16/3	■ i
40489246	9/4-30/4	一	8:00-9:00	青衣体育馆	60+	免费	24	16/3	■ i
活力长者计划-健体同乐									
40489235	9/4-30/4	一	8:00-9:00	青衣体育馆	60+	免费	20	15/3	■ i
40489237	9/4-30/4	一	9:00-10:00	青衣体育馆	60+	免费	20	15/3	■ i
活力长者计划-羽毛球自习									
40489230	4/4-25/4	三	7:00-8:00	青衣体育馆	60+	免费	20	22/3	■ i
40489232	4/4-25/4	三	8:00-9:00	青衣体育馆	60+	免费	20	22/3	■ i

正确使用健身室设施简介会

40487857	7/4	六	11:00-14:00	大窝口体育馆	15+	免费	25	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40487858	7/4	六	12:00-15:00	大窝口体育馆	15+	免费	25	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40488560	14/4	六	18:00-21:00	长发体育馆	15+	免费	25	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40488562	14/4	六	19:00-22:00	长发体育馆	15+	免费	25	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉

成人羽毛球训练班

40488410	12/4-14/6	四	20:00-22:00	林士德体育馆	18+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
----------	-----------	---	-------------	--------	-----	-----	----	---------------------------	---

羽毛球训练班

40484683	4/4-6/6	三	19:00-21:00	青衣西南体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40487854	9/4-10/5	一,四	19:00-21:00	大窝口体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488569	10/4-15/5 (1/5)除外	二,四	19:00-21:00	长发体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40488777	16/4-17/5	一,四	19:00-21:00	枫树窝体育馆 (无空调)	7+	118	18	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489214	10/4-26/6 (1/5,22/5)除外	二	19:00-21:00	青衣体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40489216	11/4-16/5 (2/5)除外	三,五	9:00-11:00	青衣体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉
40493706	12/4-14/6	四	19:00-21:00	荔景体育馆	7+	118	24	20/2-24/2 (5/3) {21/3}	✉

室内气手枪射击同乐日

40485973	28/4	六	14:00-15:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	50	21/3	▣ i
40485974	28/4	六	15:00-16:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	50	21/3	▣ i

壁球训练班

40486460	16/4-9/5	一,三	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	160	8	14/3	▣ i
40488570	18/4-11/5	三,五	19:00-21:00	长发体育馆	7+	160	12	14/3	▣ i
40489256	10/4-8/5 (1/5)除外	二,四	19:00-21:00	青衣体育馆	7+	160	12	24/2-28/2 (12/3) {29/3}	✉

乒乓球训练班

40486464	9/4-11/6	一	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	6+	86	24	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40487869	1/4-17/6 (15/4,13/5)除外	日	10:00-12:00	大窝口体育馆	6+	86	24	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40488558	6/4-9/5	三,五	19:00-21:00	长发体育馆	6+	86	24	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
40493704	9/4-11/6	一	19:00-21:00	荔景体育馆	6+	86	24	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉

室内网球训练班

40486421	19/4-29/5 (1/5,22/5) 除外	二,四	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	8+	170	6	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
----------	----------------------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	---------------------------	---

网球训练班

40488036 (100)	6/4-9/5	三、五	9:00-11:00	青衣公园	8+	170	18	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40488358	6/4-8/6	五	19:00-21:00	葵盛游乐场	8+	170	12	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40488359	9/4-10/5	一,四	9:00-11:00	葵盛游乐场	8+	170	18	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40488360	10/4-15/5 (1/5)除外	二,四	19:00-21:00	石梨街网球场	8+	170	12	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40488361	14/4-16/6	六	10:00-12:00	石梨街网球场	8+	170	12	23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉

高尔夫球同乐日

40487738 (KWT0119)	15/4	日	15:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	免费	30	14/3	▣ i
40487739 (KWT0120)	22/4	日	15:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	免费	30	14/3	▣ i

高尔夫球短距离球训练班

40487736 (KWT0117)	10/4-24/4	二	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉
--------------------	-----------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

高尔夫球训练班(第一阶段)

40487734 (KWT0115)	8/4-22/4	日	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉
40487737 (KWT0118)	10/4-24/4	二	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉

高尔夫球训练班(第二阶段)

40487735 (KWT0116)	8/4-22/4	日	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	23/2-27/2 (7/3) {27/3}	✉
--------------------	----------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

篮球训练班

40488453	7/4-9/6	六	9:00-11:00	林士德体育馆	10+	75	30	24/2-28/2 (12/3) {28/3}	✉
----------	---------	---	------------	--------	-----	----	----	----------------------------	---

长者活动编号 (班号) (限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
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者器械健体训练班

40486367	26/4-12/6 (1/5,22/5)除外	二,四	8:00-9:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14	@23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40487866	4/4-20/6	三	13:00-14:00	大窝口体育馆	20	@23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉
40487867	4/4-20/6	三	14:00-15:00	大窝口体育馆	20	@23/2-27/2 (7/3) {26/3}	✉

活力长者计划-乒乓球自习

40486397	12/4-26/4	四	13:30-14:30	北葵涌邓肇坚体育馆	36	16/3		
40486398	12/4-26/4	四	14:30-15:30	北葵涌邓肇坚体育馆	36	16/3		
40487895	9/4-30/4	一	7:00-8:00	荔景体育馆	24	16/3		
40487896	9/4-30/4	一	8:00-9:00	荔景体育馆	24	16/3		
40488554	9/4-30/4	一	13:00-14:00	长发体育馆	36	16/3		
40488555	9/4-30/4	一	14:00-15:00	长发体育馆	36	16/3		
40488769	4/4-25/4	三	9:00-10:00	枫树窝体育馆(无空调)	24	16/3		
40488770	4/4-25/4	三	10:00-11:00	枫树窝体育馆(无空调)	24	16/3		

活力长者计划-健体同乐

40487870	12/4-26/4	四	9:00-10:00	大窝口体育馆	25	23/2-27/2 (7/3) {27/3}		
40487871	12/4-26/4	四	10:00-11:00	大窝口体育馆	25	23/2-27/2 (7/3) {27/3}		
40487893	9/4-30/4	一	7:00-8:00	荔景体育馆	25	15/3		
40487894	12/4-26/4	四	8:00-9:00	荔景体育馆	25	15/3		
40486432	4/4-25/4	三	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	15/3		
40486433	4/4-25/4	三	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	15/3		

活力长者计划-器械健体同乐

40487892	9/4-30/4	一	8:00-9:00	荔景体育馆	20	15/3		
----------	----------	---	-----------	-------	----	------	--	--

活力长者计划-羽毛球自习

40484744	10/4-24/4	二	7:00-8:00	青衣西南体育馆	20	22/3		
40484745	10/4-24/4	二	8:00-9:00	青衣西南体育馆	20	22/3		
40488418	6/4-27/4	五	8:00-9:00	林士德体育馆	20	22/3		
40488419	6/4-27/4	五	9:00-10:00	林士德体育馆	20	22/3		
40488556	12/4-26/4	四	13:00-14:00	长发体育馆	24	22/3		
40488557	12/4-26/4	四	14:00-15:00	长发体育馆	24	22/3		

活力长者计划-门球自习

40487872	9/4-30/4	一	7:00-8:00	大窝口体育馆	20	19/3		
40487873	9/4-30/4	一	8:00-9:00	大窝口体育馆	20	19/3		
40488414	4/4-25/4	三	7:00-8:00	林士德体育馆	20	19/3		
40488415	4/4-25/4	三	8:00-9:00	林士德体育馆	20	19/3		