



荃灣體育館

國際級體育設施

荃灣居民有否發現荃灣海濱有所簇新的建築？它臨岸而建，面向藍巴勒海峽，毗鄰荃灣公園，由荃灣西鐵路站前往，僅十數分鐘的步行距離。這不是新建的住宅樓宇，它是去年十月啟用的荃灣體育館。

荃灣體育館位於荃灣永順街53號，總建築面積約一萬二千平方米，樓高五層，採用玻璃幕牆，自然光線充沛，是區內最新的體育設施。

館內建有區內首幅戶外運動攀登牆，牆身高十五米，闊十二米，設有五條攀登路線，設有不同的難度級別，是攀登愛好者理想的訓練及比賽場地。體育館亦設有區內首個兒童遊戲室，面積逾二百平方米，室內布置以海洋為主題，空間寬敞。遊戲室內有滑梯、隧道、軟墊梯級、攀爬設施等，是親子共樂的好去處。



體育館二樓為多用途主場館，可用作籃球場、排球場或羽毛球場。體育館除供市民日常使用之外，亦兼顧日後舉辦區內或國際室內大型運動賽事的需要。主場館設有固定看台和摺合式看台，可容納一千九百名觀眾；位於地下的副場館亦備有二百個固定座位。館內更設有舉辦國際賽事時專用的藥檢室，其他配套如燈光、廣播、寬頻設施一應俱全。

體育館的其他設施包括多用途活動室、乒乓球室和舞蹈室，以及位於四樓臨海的健身室，健身人士可以一面做運動，一面觀賞藍巴勒海峽景色。

荃灣體育館啟用後，現時區內共有五所體育館，其餘四所分別為荃景圍體育館、荃灣西約體育館、蕙荃體育館和楊屋道體育館。正所謂「日日運動身體好」，居於荃灣的朋友，沒有藉口偷懶吧！





殘疾人士 體育訓練計劃



為鼓勵殘疾人士積極參與體育活動，康文署推出「殘疾人士體育訓練計劃」，為殘疾人士提供更多參與體育活動的機會，讓他們體驗運動的樂趣，保持身心健康。

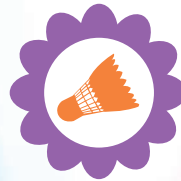
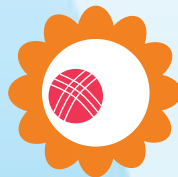
訓練課程的內容均經諮詢相關殘疾體育總會的专业意見而設計，切合肢體傷殘、智障、聽障及視障人士的需要，訓練項目包括羽毛球、滾球、地板曲棍球、乒乓球、身心伸展運動及徒手健體，費用全免。

筆者早前到訓練場地，觀察專為肢體傷殘人士而設的身心伸展課程。課堂上教練指導參加者做出簡單伸展動作，例如持球或仰臥，適合學員平日自行練習，也有助他們了解個人的身體結構，改善關節和腰腹的狀況。



殘疾人士團體於指定場館 優先預訂設施試驗計劃

康文署在去年推出「殘疾人士團體於指定場館優先預訂設施試驗計劃」，讓相關團體於非繁忙時段優先預訂四個指定體育館，包括柴灣體育館、順利邨體育館、圓洲角體育館及元朗體育館的設施，以供舉辦適合殘疾人士參與的體育活動。試驗計劃至今年3月完結後，康文署會作詳細檢討，包括考慮是否適合將有關優先預訂設施的安排擴展至其他場館。



有關體育訓練計劃和優先預訂設施試驗計劃的詳情，請瀏覽「殘疾人士資訊(康體活動/康樂設施)」專頁：

