

**康樂及文化事務署
社區康樂活動
2018年8月份康樂體育活動一覽表**

南區

活動編號(班號)	日期	星期	時間	地點	年齡	費用(\$)	名額	報名/投票日期 (抽籤日期) {公開後補日期}	報名方式
長跑訓練班									
40503793 (SN0755)	6/8-22/10 (24/9,1/10)除外	一	19:00-21:00	香港仔運動場	16+	130	40	11/7	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI11)									
40494376 (SN0284)	10/8-31/8	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI12)									
40494377 (SN0285)	10/8-31/8	一,三,五	9:00-10:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI13)									
40494378 (SN0286)	10/8-31/8	一,三,五	15:00-16:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI14)									
40494379 (SN0287)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI15)									
40494380 (SN0288)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第一階段)(CFI16)									
40494381 (SN0289)	10/8-31/8	一,三,五	18:00-19:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童胸泳訓練班(第一階段)(CBI08)									
40494363 (SN0271)	10/8-31/8	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童胸泳訓練班(第一階段)(CBI09)									
40494364 (SN0272)	10/8-31/8	一,三,五	15:00-16:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童胸泳訓練班(第一階段)(CBI10)									
40494365 (SN0273)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童胸泳訓練班(第一階段)(CBI11)									
40494366 (SN0274)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	5-8	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童胸泳訓練班(第二階段)(CBI01)									
40494367 (SN0275)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	5-8	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年捷泳訓練班(第一階段) (JFI08)									
40494383 (SN0291)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	9-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年捷泳訓練班(第一階段) (JFI09)									
40494384 (SN0292)	10/8-31/8	一,三,五	18:00-19:00	包玉剛游泳池	9-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年胸泳訓練班(第一階段) (JBI06)									
40494368 (SN0276)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	9-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年胸泳訓練班(第一階段) (JBI07)									
40494369 (SN0277)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	9-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
成人捷泳訓練班(第一階段) (AFI08)									
40494375 (SN0283)	10/8-31/8	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年及成人捷泳訓練班(第一階段) (YAF108)									
40494387 (SN0295)	10/8-31/8	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年及成人捷泳訓練班(第一階段) (YAF109)									
40494388 (SN0296)	10/8-31/8	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年及成人胸泳訓練班(第一階段) (YABI07)									
40494371 (SN0279)	10/8-31/8	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年及成人胸泳訓練班(第一階段) (YABI08)									
40494372 (SN0280)	10/8-31/8	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年胸泳訓練班(第三階段) (BR018)									
40494373 (SN0281)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	5-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
兒童捷泳訓練班(第二階段) (CFII01)									
40494382 (SN0290)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	5-8	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年捷泳訓練班(第二階段) (JFII03)									
40494385 (SN0293)	10/8-31/8	一,三,五	9:00-10:00	包玉剛游泳池	9-12	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年捷泳訓練班(第二階段) (JFII04)									
40494386 (SN0294)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	9-12	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
少年胸泳訓練班(第二階段) (JBII02)									
40494370 (SN0278)	10/8-31/8	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	9-12	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
成人胸泳訓練班(第二階段) (ABII04)									
40494362 (SN0270)	10/8-31/8	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
青少年及成人捷泳訓練班(第三階段) (FR017)									
40494389 (SN0297)	10/8-31/8	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	

青少年及成人蝶泳訓練班 (BU016)

40494374 (SN0282)	10/8-31/8	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	22/6-28/6 (5/7)(26/7)	
-------------------	-----------	-------	-----------	--------	-----	-----	----	-----------------------	--

青少年捷泳訓練班(第三階段)(FR019)

40494390 (SN0298)	10/8-31/8	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	5-17	100	20	22/6-28/6 (5/7)(26/7)	
-------------------	-----------	-------	-------------	--------	------	-----	----	-----------------------	--

健體舞訓練班

40503654 (SN0689)	10/8-12/9 (13/8,27/8,10/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	3/7	
40503655 (SN0690)	10/8-12/9 (13/8,27/8,10/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	3/7	
40503656 (SN0691)	10/8-12/9 (13/8,27/8,10/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	3/7	
40503657 (SN0692)	7/8-13/9	二,四	14:00-15:00	香港仔體育館	14+	65	30	4/7	
40503658 (SN0693)	7/8-13/9	二,四	15:00-16:00	香港仔體育館	14+	65	30	4/7	
40503659 (SN0694)	7/8-13/9	二,四	16:00-17:00	香港仔體育館	14+	65	30	6/7	
40503660 (SN0695)	7/8-13/9	二,四	17:00-18:00	香港仔體育館	14+	65	30	6/7	
40503661 (SN0696)	28/8-22/9	二,四,六	9:00-10:00	香港仔體育館	14+	65	30	9/7	
40503662 (SN0697)	28/8-22/9	二,四,六	10:00-11:00	香港仔體育館	14+	65	30	9/7	

兒童舞訓練班

40503703 (SN0717)	12/8-14/10	日	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	4-11	60	20	6/7	
-------------------	------------	---	-------------	--------	------	----	----	-----	--

運動體適能測試

40504020 (SN0792)	12/8	日	14:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	不限	免費	300	12/8	即場報名
-------------------	------	---	-------------	------------	----	----	-----	------	------

器械健體訓練班

◎ 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。

40503711 (SN0719)	9/8-18/9	二,四	7:00-8:00	香港仔體育館	15+	75	30	@10/7	
40503712 (SN0720)	9/8-18/9	二,四	8:00-9:00	香港仔體育館	15+	75	30	@10/7	
40503714 (SN0721)	9/8-18/9	二,四	9:00-10:00	香港仔體育館	15+	75	30	@10/7	
40503716 (SN0722)	15/8-26/9 (24/9)除外	一,三	18:00-19:00	香港仔體育館	15+	75	30	@16/7	
40503718 (SN0723)	15/8-26/9 (24/9)除外	一,三	19:00-20:00	香港仔體育館	15+	75	30	@16/7	
40503720 (SN0724)	15/8-26/9 (24/9)除外	一,三	20:00-21:00	香港仔體育館	15+	75	30	@16/7	
40503723 (SN0725)	6/8-12/9	一,三	18:00-19:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@4/7	
40503725 (SN0726)	6/8-12/9	一,三	19:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@4/7	
40503727 (SN0727)	30/8-18/10 (11/9,25/9,9/10)除外	二,四	20:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@18/7	

水中健體訓練班 (H21)

40494448 (SN0299)	30/8-18/10 (25/9)除外	二,四	8:00-9:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	22/6-28/6 (5/7)(26/7)	
-------------------	---------------------	-----	-----------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

水中健體訓練班 (H22)

40494455 (SN0300)	30/8-18/10 (25/9)除外	二,四	9:00-10:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	22/6-28/6 (5/7)(26/7)	
-------------------	---------------------	-----	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

爵士舞訓練班

40503792 (SN0754)	12/8-14/10	日	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	12+	70	30	11/7	
-------------------	------------	---	-------------	--------	-----	----	----	------	--

社交舞訓練班

40504025 (SN0797)	4/8-5/9	三,六	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	20/7	
40504026 (SN0798)	9/8-10/9	一,四	20:00-22:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	20/7	
40504027 (SN0799)	8/8-7/9	三,五	16:00-18:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
40504028 (SN0800)	16/8-18/9	二,四	18:00-20:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
40504029 (SN0801)	20/8-19/9	一,三	20:00-22:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	

清晨太極訓練班

40503815 (SN0773)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	香港仔海濱公園(近隧道)	6+	60	30	24/7	
40503816 (SN0774)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	香港仔海濱公園(近隧道)	6+	60	60	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
40503817 (SN0775)	6/8-30/11 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	鴨脷洲風之塔公園廣場	6+	60	60	24/7	
40503818 (SN0776)	8/8-3/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	薄扶林花園(近游泳池)	6+	60	60	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
40503819 (SN0777)	15/8-10/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	海怡半島第3期海濱長堤	6+	60	60	10/7	
40503820 (SN0778)	28/8-18/12 (25/9)除外	二,四,六	7:30-8:30	上碧瑤灣遊樂場	6+	60	40	25/7	
40503821 (SN0779)	8/8-3/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	華貴邨(近水池)	6+	60	60	10/7	

黃昏太極訓練班

40503706 (SN0718)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	18:00-19:00	香港仔海濱公園(太極練習區)	6+	60	30	24/7	
-------------------	-----------------------------------	-------	-------------	----------------	----	----	----	------	--

清晨太極劍訓練班

40503814 (SN0772)	28/8-18/12 (25/9)除外	二,四,六	8:30-9:30	上碧瑤灣遊樂場	6+	60	40	25/7	
-------------------	---------------------	-------	-----------	---------	----	----	----	------	--

瑜伽訓練班

40504385 (SN0822)	16/8-18/9	二,四	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	15+	85	30	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
-------------------	-----------	-----	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

正確使用健身室設施簡介會

40503701 (SN0715)	11/8	六	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	15+	免費	25	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	
40503702 (SN0716)	12/8	日	14:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	25/6-29/6 (6/7)(27/7)	

身心伸展訓練班

40503696 (SN0713)	21/8-13/11 (25/9)除外	二	20:00-21:00	鴨脷洲體育館	15+	85	24	13/7		
40503697 (SN0714)	21/8-13/11 (25/9)除外	二	21:00-22:00	鴨脷洲體育館	15+	85	24	13/7		
羽毛球訓練班										
40503675 (SN0700)	10/8-12/9	三,五	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503676 (SN0701)	12/8-14/10	日	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503677 (SN0702)	12/8-14/10	日	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503678 (SN0703)	17/8-18/9	二,五	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503679 (SN0704)	21/8-20/9	二,四	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503680 (SN0705)	8/8-7/9	三,五	14:00-16:00	香港仔體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503681 (SN0706)	30/8-9/10 (25/9,2/10)除外	二,四	9:00-11:00	香港仔體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503685 (SN0708)	11/8-13/10	六	15:00-17:00	黃竹坑體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503688 (SN0709)	1/8-3/10	三	15:00-17:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503690 (SN0710)	2/8-4/10	四	19:00-21:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40503691 (SN0711)	13/8-29/10 (24/9,1/10)除外	一	18:00-20:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
青年羽毛球訓練班										
40503694 (SN0712)	8/8-31/8 (20/8)除外	一,三,五	11:00-13:00	漁光道體育館	12-17	118	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
小輪車(BMX)同樂日										
40489819 (SN002)	23/8	四	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	9/7		
南區室內草地滾球四人隊際賽*										
40504024 (QSN796)	12/8-19/8	日	8:30-19:00	鴨脷洲體育館	8+	100	32	22/6-29/6 (12/7){31/7}		
室內草地滾球推廣日										
40503790 (SN0751)	26/8	日	10:00-11:30	鴨脷洲體育館	8+	免費	36	11/7		
40503791 (SN0752)	26/8	日	11:30-13:00	鴨脷洲體育館	8+	免費	36	11/7		
室內草地滾球訓練班										
40503784 (SN0753)	15/8-10/9	一,三	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	8+	54	16	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
壁球同樂日										
40504030 (SN0802)	20/8	一	14:00-15:00	鴨脷洲體育館	7+	免費	8	26/7		
40504031 (SN0803)	20/8	一	15:00-16:00	鴨脷洲體育館	7+	免費	8	26/7		
40504032 (SN0804)	14/8	二	15:00-16:00	香港仔體育館	6+	免費	8	16/7		
40504033 (SN0805)	14/8	二	16:00-17:00	香港仔體育館	6+	免費	8	16/7		
小型壁球同樂日										
40503796 (SN0758)	3/8	五	11:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503797 (SN0759)	3/8	五	12:00-13:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503798 (SN0760)	8/8	三	11:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503800 (SN0761)	8/8	三	12:00-13:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503801 (SN0762)	14/8	二	9:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503802 (SN0763)	14/8	二	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503803 (SN0764)	16/8	四	9:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503805 (SN0765)	16/8	四	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503807 (SN0766)	23/8	四	9:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503809 (SN0767)	23/8	四	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503810 (SN0768)	28/8	二	11:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
40503811 (SN0769)	28/8	二	12:00-13:00	香港仔網球及壁球中心	6-12	免費	12	9/7		
壁球訓練班										
40504034 (SN0806)	2/8-28/8	二,四	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	7+	160	8	3/7		
40504035 (SN0807)	3/8-29/8	三,五	15:00-17:00	鴨脷洲體育館	7+	160	8	3/7		
40504036 (SN0808)	2/8-28/8	二,四	19:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	18+	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504037 (SN0809)	6/8-8/10 (24/9,1/10)除外	一	18:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504038 (SN0810)	11/8-29/9	六	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504039 (SN0811)	11/8-29/9	六	12:00-14:00	香港仔網球及壁球中心	18+	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504041 (SN0812)	12/8-30/9	日	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504375 (SN0813)	13/8-29/8	一,三,五	12:00-14:00	香港仔網球及壁球中心	7-11	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504376 (SN0814)	13/8-29/8	一,三,五	14:00-16:00	香港仔網球及壁球中心	12-17	160	12	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
乒乓球訓練班										
40504377 (SN0815)	12/8-14/10	日	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	6+	86	24	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
兒童及青年網球訓練班										
40504384 (SN0821)	8/8-29/8	一,三,五	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	8-17	170	18	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
網球訓練班										
40504381 (SN0818)	1/8-31/8	三,五	16:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504382 (SN0819)	2/8-3/9	一,四	18:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	18+	170	18	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
40504383 (SN0820)	3/8-3/9	一,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	25/6-29/6 (6/7){27/7}		
親子美式桌球同樂日										
40504008 (SN0780)	4/8	六	15:00-16:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7		
40504009 (SN0781)	4/8	六	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7		
40504010 (SN0782)	11/8	六	15:00-16:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7		
40504011 (SN0783)	11/8	六	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7		
40504012 (SN0784)	12/8	日	12:00-13:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7		

40504013 (SN0785)	12/8	日	13:00-14:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504014 (SN0786)	18/8	六	15:00-16:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504015 (SN0787)	18/8	六	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504016 (SN0788)	19/8	日	12:00-13:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504017 (SN0789)	19/8	日	13:00-14:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504018 (SN0790)	25/8	六	15:00-16:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	
40504019 (SN0791)	25/8	六	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	8+	免費	6	10/7	

康體匯敘－青少年足球同樂

40503795 (SN0757)	17/8-31/8	五	18:00-20:00	黃竹坑遊樂場	12-35	免費	150	17/8-31/8	即場報名
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-------	----	-----	-----------	------

獨木舟一星章訓練班 (一天課程)

40502027 (SN0669)	16/8	四	9:00-17:00	聖士提反灣水上活動中心	12+	30	8	10/7	
40502036 (SN0673)	25/8	六	9:00-17:00	赤柱正灘水上活動中心	12+	30	8	15/7	

幼兒水上安全班 (B04)

40494493 (SN0304)	10/8-31/8	一,三,五	10:00-11:00	包玉剛游泳池	0-4	100	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
40504897 (SN0823)	5/8	日	14:00-18:00	香港仔體育館	不限	免費	1962	5/8	

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(EI15)

40494471 (SN0302)	10/8-31/8	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	16	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
-------------------	-----------	-------	-----------	--------	----	-----------------------	--

長者游泳訓練班-第二階段(EII09)

40494480 (SN0303)	10/8-31/8	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	20	22/6-28/6 (5/7){26/7}	
-------------------	-----------	-------	-----------	--------	----	-----------------------	--

長者徒手健體訓練班

40503731 (SN0728)	3/8-19/9	三,五	7:00-8:00	鴨脷洲體育館	25	17/7	
40503733 (SN0729)	3/8-19/9	三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	25	17/7	
40503735 (SN0730)	2/8-18/9	二,四	7:00-8:00	香港仔網球及壁球中心	25	18/7	
40503736 (SN0731)	2/8-18/9	二,四	8:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	25	25/6-29/6 (6/7){27/7}	
40503738 (SN0732)	13/8-26/9	一,三	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	25	13/7	
40503740 (SN0733)	30/8-29/11	四	14:00-15:00	黃竹坑體育館	12	17/7	
40503744 (SN0734)	30/8-29/11	四	15:00-16:00	黃竹坑體育館	12	17/7	

活力長者計劃-乒乓球同樂

40503775 (SN0748)	1/8-31/8	三,五	12:00-14:00	鴨脷洲體育館	4	1/8-31/8	
40503786 (SN0749)	2/8-27/9	一,二,四	7:00-10:00	鴨脷洲體育館	4	2/8-27/9	
40503788 (SN0750)	(13,27/8,10,24,25/9)除外	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	6	1/8-31/8	

活力長者計劃-美式桌球同樂

40503766 (SN0742)	1/8-31/8	三,五	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	1/8-31/8	
40503768 (SN0743)	2/8-30/8	一,四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	2/8-30/8	
40503769 (SN0744)	7/8-28/8	二	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	7/8-28/8	
40503770 (SN0745)	1/8-28/9	一,二,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8	1/8-28/9	
40503772 (SN0746)	(25/9)除外	四	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	8	2/8-27/9	

長者康體匯敘-美式桌球同樂

40503794 (SN0756)	1/8-20/8	一,三	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6	1/8-20/8	
-------------------	----------	-----	------------	------------	---	----------	--

活力長者計劃-門球同樂

40503773 (SN0747)	7/8-28/8	二	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	10	7/8-28/8	
-------------------	----------	---	-----------	--------	----	----------	--