

40496645 (ENJB82)	6/8-27/8	一,三,五	18:00-19:00	柴灣游泳池	9-12	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
-------------------	----------	-------	-------------	-------	------	-----	----	------------------------	---

成人胸泳訓練班(第二階段)

40496784 (ENAB83)	6/8-27/8	一,三,五	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
-------------------	----------	-------	-------------	-------	-----	-----	----	------------------------	---

青年捷泳訓練班(第二階段)

40496648 (ENY082)	15/8-27/8 (21/8)除外	一,二,三,四,五,六	17:00-18:00	柴灣游泳池	13-17	100	20	22/6-28/6 (6/7){26/7}	✉
-------------------	--------------------	-------------	-------------	-------	-------	-----	----	-----------------------	---

青年胸泳訓練班(第二階段)

40496649 (ENYB81)	6/8-27/8	一,三,五	19:00-20:00	柴灣游泳池	13-17	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
-------------------	----------	-------	-------------	-------	-------	-----	----	------------------------	---

捷泳訓練班(第三階段)

40496788 (ENL032)	6/8-27/8	一,三,五	17:00-18:00	柴灣游泳池	0-17	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
40496789 (ENL003)	6/8-27/8	一,三,五	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉

背泳訓練班

40496792 (ENBK51)	6/8-27/8	一,三,五	7:00-8:00	柴灣游泳池	0-17	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
-------------------	----------	-------	-----------	-------	------	-----	----	------------------------	---

胸泳訓練班(第三階段)

40496790 (ENLB32)	6/8-27/8	一,三,五	17:00-18:00	柴灣游泳池	0-17	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
40496791 (ENLB02)	6/8-27/8	一,三,五	8:00-9:00	柴灣游泳池	18+	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉

蝶泳訓練班

40496793 (ENBF02)	6/8-27/8	一,三,五	20:00-21:00	柴灣游泳池	18+	100	20	15/6-21/6 (28/6){19/7}	✉
-------------------	----------	-------	-------------	-------	-----	-----	----	------------------------	---

健體舞訓練班

40502777 (EN0675)	2/8-11/9	二,四	7:00-8:00	柴灣體育館	14+	65	20	25/6	📺 ⓘ
40502778 (EN0676)	2/8-11/9	二,四	8:00-9:00	柴灣體育館	14+	65	20	25/6	📺 ⓘ
40502779 (EN0677)	2/8-11/9	二,四	19:00-20:00	柴灣體育館	14+	65	20	20/6-27/6 (5/7){26/7}	✉
40502780 (EN0678)	2/8-11/9	二,四	20:00-21:00	柴灣體育館	14+	65	20	20/6-27/6 (5/7){26/7}	✉
40502797 (EN0690)	13/8-12/9 (20/8,3/9)除外	一,三,五	7:00-8:00	渣華道體育館	14+	65	30	10/7	📺 ⓘ
40502798 (EN0691)	13/8-12/9 (20/8,3/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	渣華道體育館	14+	65	30	10/7	📺 ⓘ
40502799 (EN0692)	13/8-12/9 (20/8,3/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	渣華道體育館	14+	65	30	10/7	📺 ⓘ
40502800 (EN0693)	13/8-12/9 (20/8,3/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	渣華道體育館	14+	65	30	10/7	📺 ⓘ
40502801 (EN0694)	13/8-12/9 (20/8,3/9)除外	一,三,五	11:00-12:00	渣華道體育館	14+	65	30	10/7	📺 ⓘ
40502829 (EN0695)	10/8-5/9	一,三,五	14:00-15:00	渣華道體育館	14+	65	30	5/7	📺 ⓘ
40502830 (EN0696)	10/8-5/9	一,三,五	15:00-16:00	渣華道體育館	14+	65	30	5/7	📺 ⓘ
40502831 (EN0697)	9/8-18/9	二,四	12:00-13:00	渣華道體育館	14+	65	30	4/7	📺 ⓘ
40502832 (EN0698)	9/8-18/9	二,四	13:00-14:00	渣華道體育館	14+	65	30	4/7	📺 ⓘ
40502833 (EN0699)	9/8-18/9	二,四	19:00-20:00	渣華道體育館	14+	65	30	4/7	📺 ⓘ
40502834 (EN0700)	9/8-18/9	二,四	20:00-21:00	渣華道體育館	14+	65	30	4/7	📺 ⓘ
40502844 (EN0710)	24/8-19/9	一,三,五	14:00-15:00	小西灣體育館	14+	65	30	17/7	📺 ⓘ
40502845 (EN0711)	24/8-19/9	一,三,五	15:00-16:00	小西灣體育館	14+	65	30	17/7	📺 ⓘ
40502846 (EN0712)	7/8-13/9	二,四	15:00-16:00	港島東體育館	14+	65	30	27/6	📺 ⓘ
40502847 (EN0713)	7/8-13/9	二,四	16:00-17:00	港島東體育館	14+	65	30	27/6	📺 ⓘ
40503110 (EN0730)	15/8-14/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	7:00-8:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	12/7	📺 ⓘ
40503111 (EN0731)	15/8-14/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	12/7	📺 ⓘ
40503112 (EN0732)	15/8-14/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	12/7	📺 ⓘ
40503113 (EN0733)	15/8-14/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	12/7	📺 ⓘ
40503114 (EN0734)	15/8-14/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	11:00-12:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	12/7	📺 ⓘ
40503135 (EN0753)	7/8-13/9	二,四	19:00-20:00	港島東體育館	14+	65	30	27/6	📺 ⓘ
40505174 (EN0820)	7/8-13/9	二,四	20:00-21:00	港島東體育館	14+	65	30	27/6	📺 ⓘ

八段錦訓練班

40503156 (EN0763)	27/8-21/9	一,三,五	20:00-21:00	百福道交通安全城(近健康邨遊樂場)	8+	80	30	25/7	📺 ⓘ
-------------------	-----------	-------	-------------	-------------------	----	----	----	------	-----

兒童舞訓練班

40503117 (EN0737)	4/8-6/10	六	14:00-16:00	鯽魚涌體育館	4-6	60	20	28/6	📺 ⓘ
40503136 (EN0754)	5/8-7/10	日	9:00-11:00	港島東體育館	4-6	60	20	28/6	📺 ⓘ
40503137 (EN0755)	5/8-7/10	日	11:00-13:00	港島東體育館	7-11	60	20	28/6	📺 ⓘ

中國舞訓練班

40502848 (EN0714)	7/8-7/9	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	12+	45	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}	✉
-------------------	---------	-----	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---



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：報名首日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。

40502783 (EN0681)	15/8-14/9 (27/8,10/9)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴灣體育館	15+	75	20	@9/7	📺 ⓘ
40502784 (EN0682)	15/8-14/9 (27/8,10/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	柴灣體育館	15+	75	20	@9/7	📺 ⓘ
40502786 (EN0683)	1/8-27/8	一,三,五	19:00-20:00	柴灣體育館	15+	75	20	@27/6	📺 ⓘ
40502787 (EN0684)	1/8-27/8	一,三,五	20:00-21:00	柴灣體育館	15+	75	20	@27/6	📺 ⓘ
40503120 (EN0740)	17/8-17/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	7:00-8:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@18/7	📺 ⓘ

40503121 (EN0741)	17/8-17/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@18/7	 
40503122 (EN0742)	17/8-17/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@18/7	 
40503123 (EN0743)	17/8-17/9 (22/8,12/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@18/7	 
40503124 (EN0744)	27/8-21/9	一,三,五	15:00-16:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@23/7	 
40503125 (EN0745)	27/8-21/9	一,三,五	16:00-17:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@23/7	 
40503126 (EN0746)	27/8-21/9	一,三,五	17:00-18:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@23/7	 
40503127 (EN0747)	16/8-27/9 (25/9)除外	二,四	14:00-15:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@10/7	 
40503128 (EN0748)	16/8-27/9 (25/9)除外	二,四	15:00-16:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@10/7	 
40503131 (EN0749)	11/8-6/9	二,四,六	7:00-8:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@5/7	 
40503132 (EN0750)	11/8-6/9	二,四,六	8:00-9:00	鯽魚涌體育館	15+	75	30	@5/7	 


水中健體訓練班

40496794 (ENHF05)	28/8-29/9 (25/9)除外	二,四,六	18:00-19:00	柴灣游泳池	14+	80	30	22/6-28/6 (6/7){26/7}	
40496795 (ENHF06)	28/8-29/9 (25/9)除外	二,四,六	19:00-20:00	柴灣游泳池	14+	80	30	22/6-28/6 (6/7){26/7}	

爵士舞訓練班

40502839 (EN0705)	20/8-19/9	一,三	20:00-22:00	渣華道體育館	12+	70	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
-------------------	-----------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

現代舞訓練班

40502840 (EN0706)	7/8-6/9	二,四	10:00-12:00	渣華道體育館	12+	70	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
-------------------	---------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

太極訓練班

40503146 (EN0759)	9/8-29/11 (25/9)除外	二,四,六	20:00-21:00	鯽魚涌公園(近鯉景灣入口)	6+	60	70	11/7	 
40503148 (EN0760)	22/8-17/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	6:30-7:30	鯽魚涌公園(近鯉景灣入口)	6+	60	70	19/7	 
40503151 (EN0761)	22/8-17/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	20:00-21:00	鯽魚涌公園(太極花園 - 近太古城中心第四期)	6+	60	70	24/7	 
40503170 (EN0767)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	雲景道配水庫遊樂場	6+	60	40	20/7	 
40503171 (EN0768)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	愛秩序灣遊樂場	6+	60	70	20/7	 
40503172 (EN0769)	14/8-4/12 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	耀東邨停車場籃球場	6+	60	70	11/7	 
40503184 (EN0777)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	20:00-21:00	小西灣村瑞泰樓側羽毛球場	6+	60	40	24/7	 
40503185 (EN0778)	14/8-4/12 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	漁灣社區會堂側空地	6+	60	50	11/7	 
40503193 (EN0780)	14/8-4/12 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	健康邨遊樂場	6+	60	70	20/6-27/6 (5/7){26/7}	





太極劍訓練班

40503145 (EN0758)	9/8-29/11 (25/9)除外	二,四,六	6:30-7:30	鯽魚涌公園(近鯉景灣入口)	6+	60	40	9/7	 
40503169 (EN0766)	14/8-4/12 (25/9)除外	二,四,六	7:00-8:00	雲景道配水庫遊樂場	6+	60	40	9/7	 
40503173 (EN0770)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	耀東邨停車場籃球場	6+	60	40	19/7	 
40503182 (EN0776)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴灣公園1及2號籃球場	6+	60	50	19/7	 
40503204 (EN0781)	24/8-19/12 (24/9,1/10,17/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	健康邨遊樂場	6+	60	40	20/6-27/6 (5/7){26/7}	

西方土風舞訓練班

40503108 (EN0728)	9/8-11/10	四	13:00-15:00	西灣河體育館	8+	45	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
-------------------	-----------	---	-------------	--------	----	----	----	-----------------------	---



正確使用健身房設施簡介會

40502781 (EN0679)	12/8	日	10:30-13:30	柴灣體育館	15+	免費	20	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502782 (EN0680)	18/8	六	14:30-17:30	柴灣體育館	15+	免費	20	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40503115 (EN0735)	11/8	六	14:30-17:30	鯽魚涌體育館	15+	免費	25	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40503116 (EN0736)	19/8	日	10:30-13:30	鯽魚涌體育館	15+	免費	25	20/6-27/6 (5/7){26/7}	



箭藝訓練班

40503705 (EN0797)	17/8-19/10	五	16:00-18:00	小西灣運動場	6+	70	12	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	----	----	-----------------------	---



羽毛球訓練班

40502858 (EN0719)	6/8-27/8	一,三,五	13:00-15:00	西灣河體育館	7-11	118	24	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502859 (EN0720)	6/8-27/8	一,三,五	15:00-17:00	西灣河體育館	12-17	118	24	20/6-27/6 (5/7){26/7}	

小輪車(BMX)同樂日

40489850 (EN0771)	25/8	六	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	23/7	 
-------------------	------	---	-------------	-------------	----	----	----	------	---

室內草地滾球訓練班

40502850 (EN0715)	6/8-30/8	一,四	19:00-21:00	港島東體育館	8+	54	8	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502851 (EN0716)	6/8-30/8	一,四	19:00-21:00	港島東體育館	8+	54	8	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502852 (EN0717)	3/8-28/8	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	8+	54	8	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502853 (EN0718)	3/8-28/8	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	8+	54	8	20/6-27/6 (5/7){26/7}	

小型網球訓練班

40502860 (EN0721)	3/8-29/8 (13/8,27/8)除外	一,三,五	9:00-11:00	西灣河體育館	10-12	70	16	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40502861 (EN0722)	3/8-29/8 (13/8,27/8)除外	一,三,五	11:00-13:00	西灣河體育館	10-12	70	16	20/6-27/6 (5/7){26/7}	

壁球訓練班

40502796 (EN0689)	15/8-7/9	三,五	19:00-21:00	柴灣體育館	7+	160	8	11/7	 
40502841 (EN0707)	14/8-30/8	二,四,六	9:00-11:00	渣華道體育館	7-11	160	12	11/7	 
40502842 (EN0708)	14/8-30/8	二,四,六	11:00-13:00	渣華道體育館	12-17	160	12	11/7	 
40503104 (EN0724)	7/8-30/8	二,四	16:00-18:00	西灣河體育館	7+	160	8	3/7	 
40503105 (EN0725)	3/8-29/8	三,五	9:00-11:00	西灣河體育館	7+	160	8	20/6-27/6 (5/7){26/7}	
40503106 (EN0726)	6/8-22/8	一,三,五	15:00-17:00	西灣河體育館	7+	160	8	3/7	 

乒乓球訓練班									
40502843 (EN0709)	2/8-23/8	二,四,六	10:00-12:00	小西灣體育館	10-17	86	24	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
40503107 (EN0727)	11/8-13/10	六	15:00-17:00	西灣河體育館	10-13	86	24	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
40503133 (EN0751)	18/8-20/10	六	15:00-17:00	鰂魚涌體育館	6-13	86	24	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
網球訓練班									
40503143 (EN0757)	8/8-7/9	三五	9:00-11:00	鰂魚涌公園	8+	170	18	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
40503189 (EN0779)	14/8-14/9	二,五	19:00-21:00	柴灣公園網球場	8+	170	18	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
橋牌入門訓練班									
40502837 (EN0703)	4/8-25/8	六	14:15-16:45	渣華道體育館	11+	100	24	29/6	🏠 ⓘ
美式桌球訓練班(第一階段)									
40502835 (EN0701)	7/8-28/8	二	14:00-16:00	渣華道體育館	8+	120	6	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
40502836 (EN0702)	7/8-28/8	二	16:00-18:00	渣華道體育館	8+	120	6	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
全民定向同樂日									
40505200 (EN0819)	26/8	日	14:00-15:00	鰂魚涌公園	不限	免費	120	3/7	🏠 ⓘ
40505373 (EN0821)	26/8	日	15:00-16:00	鰂魚涌公園	不限	免費	120	3/7	🏠 ⓘ
40505374 (EN0822)	26/8	日	16:00-17:00	鰂魚涌公園	不限	免費	120	3/7	🏠 ⓘ
社區園圃計劃*									
40503158 (EN0764)	12/8-9/12	一,二,三四,五,六,日	8:00-18:00	慧翠道社區園圃	12+	400	55	20/6-27/6 (5/7){26/7}	☒
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。									
智障人士健體舞訓練計劃									
40503241 (EN0792)	9/8-30/8	四	14:00-16:00	柴灣體育館	20-65	3	3/7	🏠	
長期病患者羽毛球訓練計劃									
40503221 (EN0791)	2/8-23/8	四	19:00-21:00	柴灣體育館	7+	4	3/7	🏠	
自閉症及智障人士日營									
40503243 (EN0794)	25/8	六	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	2-6	20	3/7	🏠	
自閉症人士及智障人士親子康樂宿營									
40503242 (EN0793)	4/8-5/8	六,日	14:00-14:00	麥理浩夫人度假村	2-30	20	3/7	🏠	
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	
長者游泳訓練班(第一階段)									
40496785 (ENE006)	6/8-27/8	一,三,五	8:00-9:00	柴灣游泳池	16	15/6-21/6 (28/6){19/7}		☒	
40496786 (ENE007)	2/8-23/8	二,四,六	8:00-9:00	柴灣游泳池	16	22/6-28/6 (6/7){26/7}		☒	
長者游泳訓練班(第二階段)									
40496787 (ENE081)	2/8-23/8	二,四,六	8:00-9:00	柴灣游泳池	20	22/6-28/6 (6/7){26/7}		☒	
外展計劃-長者清晨徒手健體									
40503180 (EN0775)	1/8-27/8	一,三,五	7:30-9:30	柴灣公園	50	1/8-27/8		即場報名	
外展計劃長者體能測試及活力圖展									
40503178 (EN0774)	18/8	六	8:00-10:00	柴灣公園	150	18/8		即場報名	
長者康體滙紋-清晨徒手健體									
40503140 (EN0756)	5/8-23/9	日	7:00-9:00	鰂魚涌公園(太極花園-近太古城中心第四期)	50	5/8-23/9		即場報名	
40503176 (EN0773)	5/8-23/9	日	7:30-9:30	柴灣公園	50	5/8-23/9		即場報名	
長者健體訓練班									
40503118 (EN0738)	21/8-20/9	二,四,六	7:00-8:00	鰂魚涌體育館	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}		☒	
40503119 (EN0739)	21/8-20/9	二,四,六	8:00-9:00	鰂魚涌體育館	30	20/6-27/6 (5/7){26/7}		☒	
長者普及體操訓練班									
40502838 (EN0704)	21/8-20/9	二,四	14:00-16:00	渣華道體育館	20	20/6-27/6 (5/7){26/7}		☒	
長者社交舞同樂日									
40502794 (EN0687)	7/8	二	8:00-10:00	柴灣體育館	110	7/8		即場報名	
40502795 (EN0688)	21/8	二	8:00-10:00	柴灣體育館	110	21/8		即場報名	
40502862 (EN0723)	16/8	四	10:00-12:00	西灣河體育館	100	16/8		即場報名	
長者簡易太極訓練班									
40503134 (EN0752)	10/8-17/9	一,五	7:00-8:00	鰂魚涌體育館	60	20/6-27/6 (5/7){26/7}		☒	
長者康體匯紋 - 羽毛球									
40502793 (EN0686)	7/8-28/8	二	10:00-12:00	柴灣體育館	32	7/8-28/8		即場報名	
長者日營									
40503175 (EN0772)	14/8	二	9:00-17:00	西貢戶外康樂中心	98	20/6-27/6 (5/7){26/7}		☒	

長者體能測試							
40503168 (EN0765)	4/8-25/8	六	8:00-10:00	百福道交通安全城(近健康邨遊樂場)	150	4/8-25/8	即場報名