

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2018年9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/投表日期 (抽籤日期) {公開後補日期}	報名方式
成人捷泳訓練班(第一階段)(AFI09)									
40494502 (SN0311)	3/9-26/9	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
成人捷泳訓練班(第一階段)(AFI10)									
40494503 (SN0312)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人捷泳訓練班(第一階段)(YAFI10)									
40494507 (SN0315)	3/9-26/9	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人捷泳訓練班(第一階段)(YAFI11)									
40494508 (SN0316)	3/9-26/9	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人捷泳訓練班(第一階段)(YAFI12)									
40494509 (SN0317)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人胸泳訓練班(第一階段)(YABI09)									
40494494 (SN0305)	3/9-26/9	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人胸泳訓練班(第一階段)(YABI10)									
40494495 (SN0306)	3/9-26/9	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人胸泳訓練班(第一階段)(YABI11)									
40494496 (SN0307)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
成人捷泳訓練班(第二階段)(AFII10)									
40494504 (SN0313)	3/9-26/9	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
成人捷泳訓練班(第二階段)(AFII11)									
40494505 (SN0314)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	9:00-10:00	包玉剛游泳池	18+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人捷泳訓練班(第二階段)(YAFII02)									
40494510 (SN0318)	3/9-26/9	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人胸泳訓練班(第二階段)(YABII01)									
40494499 (SN0308)	3/9-26/9	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
成人蝶泳訓練班 (BU020)									
40494501 (SN0310)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	7:00-8:00	包玉剛游泳池	18+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人捷泳訓練班(第三階段)(FR022)									
40495285 (SN0319)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	20:00-21:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
青少年及成人胸泳訓練班(第三階段)(BR021)									
40494500 (SN0309)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	19:00-20:00	包玉剛游泳池	13+	100	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
健體舞訓練班									
40506645 (SN0862)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,四	14:00-15:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	1/8	
40506646 (SN0863)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,四	15:00-16:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	1/8	
40506647 (SN0864)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,四	18:00-19:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	1/8	
40506648 (SN0865)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,四	19:00-20:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	1/8	
40506649 (SN0866)	21/9-29/10 (24/9,1/10,8/10,17/10,22/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	16/8	
40506650 (SN0867)	21/9-29/10 (24/9,1/10,8/10,17/10,22/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	16/8	
40506651 (SN0868)	21/9-29/10 (24/9,1/10,8/10,17/10,22/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	16/8	
40506652 (SN0869)	5/9-12/10	三,五	18:00-19:00	香港仔體育館	14+	65	30	2/8	
40506653 (SN0870)	5/9-12/10	三,五	19:00-20:00	香港仔體育館	14+	65	30	2/8	
40506654 (SN0871)	20/9-6/11 (25/9,2/10)除外	二,四	14:00-15:00	香港仔體育館	14+	65	30	15/8	
40506655 (SN0872)	20/9-6/11 (25/9,2/10)除外	二,四	15:00-16:00	香港仔體育館	14+	65	30	15/8	
40506656 (SN0873)	20/9-6/11 (25/9,2/10)除外	二,四	16:00-17:00	香港仔體育館	14+	65	30	15/8	
40506657 (SN0874)	20/9-6/11 (25/9,2/10)除外	二,四	17:00-18:00	香港仔體育館	14+	65	30	15/8	
40506658 (SN0875)	3/9-3/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	19:00-20:00	赤柱體育館	14+	65	12	2/8	
40506659 (SN0876)	3/9-3/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	20:00-21:00	赤柱體育館	14+	65	12	2/8	
40506660 (SN0877)	13/9-25/10 (25/9)除外	二,四	9:00-10:00	赤柱體育館	14+	65	30	3/8	
40506661 (SN0878)	13/9-25/10 (25/9)除外	二,四	10:00-11:00	赤柱體育館	14+	65	30	3/8	
中國舞訓練班									
40506670 (SN0887)	30/9-2/12	日	9:00-11:00	香港仔體育館	12+	45	30	10/8	
運動體適能測試									

40506792 (SN0950)	16/9	日	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	不限	免費	300	16/9	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。

40506705 (SN0892)	14/9-26/10 (17/10)除外	三,五	7:00-8:00	香港仔體育館	15+	75	30	@8/8	 
40506706 (SN0893)	14/9-26/10 (17/10)除外	三,五	8:00-9:00	香港仔體育館	15+	75	30	@8/8	 
40506707 (SN0894)	14/9-26/10 (17/10)除外	三,五	9:00-10:00	香港仔體育館	15+	75	30	@8/8	 
40506708 (SN0895)	14/9-26/10 (17/10)除外	三,五	14:00-15:00	香港仔體育館	15+	75	30	@14/8	 
40506709 (SN0896)	14/9-26/10 (17/10)除外	三,五	15:00-16:00	香港仔體育館	15+	75	30	@14/8	 
40506710 (SN0897)	20/9-1/11 (25/9)除外	二,四	16:00-17:00	香港仔體育館	15+	75	30	@9/8	 
40506711 (SN0898)	20/9-1/11 (25/9)除外	二,四	17:00-18:00	香港仔體育館	15+	75	30	@9/8	 
40506712 (SN0899)	20/9-1/11 (25/9)除外	二,四	19:00-20:00	香港仔體育館	15+	75	30	@9/8	 
40506713 (SN0900)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,五	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@21/8	 
40506714 (SN0901)	11/9-23/10 (25/9)除外	二,五	17:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@21/8	 

水中健體訓練班 (H15)

40495286 (SN0320)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	-----------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

水中健體訓練班 (H16)

40495287 (SN0321)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	-----------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

水中健體訓練班 (H17)

40495288 (SN0322)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

水中健體訓練班 (H18)

40495289 (SN0323)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

水中健體訓練班 (H19)

40495290 (SN0324)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	19:00-20:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

水中健體訓練班 (H20)

40495291 (SN0325)	3/9-8/10 (24/9,1/10)除外	一,三,五	20:00-21:00	包玉剛游泳池	14+	80	30	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
-------------------	---------------------------	-------	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

社交舞訓練班

40506832 (SN0960)	22/9-27/10 (17/10)除外	三,六	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	7/8	 
40506833 (SN0961)	19/9-24/10 (17/10)除外	三,五	16:00-18:00	香港仔體育館	14+	86	30	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506839 (SN0962)	5/9-5/10	三,五	20:00-22:00	赤柱體育館	14+	86	30	7/8	 

親子(6-12歲)社交舞訓練班

40506791 (SN0949)	15/9-20/10	六	16:00-18:00	漁光道體育館	6+	88	12	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	----	----	----------------------	---

清晨太極訓練班

40506771 (SN0933)	22/9-19/1 (25/9,22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	香港仔網球及壁球中心	6+	60	60	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506772 (SN0934)	27/9-22/1 (22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	利東邨東平樓	6+	60	40	17/8	 
40506773 (SN0935)	27/9-22/1 (22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	鴨脷洲風之塔公園廣場	6+	60	40	17/8	 
40506774 (SN0936)	22/9-19/1 (25/9,22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	華清樓籃球場	6+	60	60	17/8	 
40506775 (SN0937)	27/9-22/1 (22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	漁暉苑平台	6+	60	60	17/8	 
40506770 (SN0932)	7/9-4/1 (24/9,1/10,17/10,26/12)除外	一,三,五	8:00-9:00	石排灣邨(近碧月樓平台)	6+	60	40	27/7-1/8 (6/8){24/8}	

黃昏太極訓練班

40506673 (SN0890)	19/9-16/1 (24/9,1/10,17/10,26/12)除外	一,三,五	17:00-18:00	鴨脷洲風之塔公園廣場	6+	60	40	13/8	 
40506674 (SN0891)	22/9-19/1 (25/9,22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	18:00-19:00	華富邨華康樓側	6+	60	40	13/8	 

黃昏太極劍訓練班

40506672 (SN0889)	13/9-10/1 (25/9,22/12,25/12,1/1)除外	二,四,六	17:30-18:30	海怡半島第2期海濱長堤	6+	60	30	13/8	 
-------------------	---------------------------------------	-------	-------------	-------------	----	----	----	------	---

正確使用健身室設施簡介會

40506668 (SN0885)	8/9	六	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	15+	免費	25	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506669 (SN0886)	11/9	二	19:00-22:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	27/7-1/8 (6/8){24/8}	

羽毛球訓練班

40506662 (SN0879)	21/9-26/10 (17/10)除外	三,五	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506663 (SN0880)	11/9-20/11 (25/9)除外	二	18:00-20:00	香港仔體育館	7+	118	24	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506664 (SN0881)	13/9-15/11	四	18:00-20:00	香港仔體育館	7+	118	24	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506665 (SN0882)	19/9-24/10 (17/10)除外	三,五	14:00-16:00	香港仔體育館	7+	118	24	27/7-1/8 (6/8){24/8}	
40506666 (SN0883)	26/9-5/12 (17/10)除外	三	18:00-20:00	赤柱體育館	7+	118	24	6/8	 
40506667 (SN0884)	6/9-8/11	四	17:00-19:00	黃竹坑體育館	7+	118	24	6/8	 

2018-19南區室內草地滾球雙人聯賽

40506894 (QSN0861)	1/9-31/3	一,二,三,四,五,六,日	7:00-23:00	鴨脷洲體育館	8+	100	48	3/7-11/7 (18/7){13/8}	
--------------------	----------	---------------	------------	--------	----	-----	----	-----------------------	---

2018南區長者室內草地滾球四人隊際賽

40506889 (QSN0860)	16/9	日	7:00-20:00	鴨脷洲體育館	60+	免費	16	17/7-25/7 (1/8){27/8}	
--------------------	------	---	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

室內草地滾球訓練班								
40506767 (SN0929)	18/9-16/10 (25/9)除外	二,五	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	8+	54	16	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
壁球訓練班								
40506863 (SN0963)	5/9-28/9	三,五	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	12	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
成人乒乓球訓練班								
40506864 (SN0964)	8/9-10/11	六	20:00-22:00	鴨脷洲體育館	14+	86	24	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
網球訓練班								
40506865 (SN0965)	2/9-4/11	日	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
40506866 (SN0966)	3/9-8/10 (1/10)除外	一,四	16:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
40506867 (SN0967)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,五	19:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
40506868 (SN0968)	6/9-11/10 (25/9)除外	二,四	8:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	27/7-1/8 (6/8){24/8} 
康體匯敘－青少年足球同樂								
40506769 (SN0931)	21/9-28/9	五	18:00-20:00	黃竹坑遊樂場	12-35	免費	150	21/9-28/9 即場報名

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 表 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。

長期病患者社交舞訓練計劃								
40506874 (SN0859)	3/9-29/10 (1/10)除外	一	15:00-16:00	香港仔體育館	15+	4	3/8	
智障人士游泳訓練計劃 (D05)								
40495317 (SN0334)	3/9-26/9 (24/9)除外	一,三,五	16:00-17:00	包玉剛游泳池	不限	2	20/7	
智障人士游泳訓練計劃 (D06)								
40495318 (SN0335)	3/9-26/9 (24/9)除外	一,三,五	17:00-18:00	包玉剛游泳池	不限	2	20/7	
智障人士日營								
40506671 (SN0888)	7/9	五	9:00-16:00	鯉魚門公園及度假村	不限	7	31/7	

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 表 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(EI 20)							
40495313 (SN0330)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	8:00-9:00	包玉剛游泳池	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第一階段(EI16)							
40495292 (SN0326)	3/9-26/9	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第一階段(EI17)							
40495298 (SN0327)	3/9-26/9	一,三,五	9:00-10:00	包玉剛游泳池	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第一階段(EI18)							
40495311 (SN0328)	3/9-26/9	一,三,五	10:00-11:00	包玉剛游泳池	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第一階段(EI19)							
40495312 (SN0329)	3/9-26/9	一,三,五	18:00-19:00	包玉剛游泳池	16	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第二階段(EII10)							
40495314 (SN0331)	3/9-26/9	一,三,五	8:00-9:00	包玉剛游泳池	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第二階段(EII11)							
40495315 (SN0332)	3/9-26/9	一,三,五	9:00-10:00	包玉剛游泳池	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	
長者游泳訓練班-第二階段(EII12)							
40495316 (SN0333)	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	8:00-9:00	包玉剛游泳池	20	20/7-26/7 (3/8){24/8}	

智障人士健體同樂日						
40506900 (SN0902)	17/9	一	10:00-12:00	黃竹坑體育館	4	17/8

長者徒手健體訓練班							
40506715 (SN0903)	4/9-25/10 (25/9,2/10)除外	二,四	7:00-8:00	香港仔體育館	25	27/7-1/8 (6/8){24/8}	☒
40506716 (SN0904)	4/9-25/10 (25/9,2/10)除外	二,四	8:00-9:00	香港仔體育館	25	27/7-1/8 (6/8){24/8}	☒
40506717 (SN0905)	5/9-8/10 (1/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	赤柱體育館	30	27/7-1/8 (6/8){24/8}	☒
40506718 (SN0906)	5/9-8/10 (1/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	赤柱體育館	30	27/7-1/8 (6/8){24/8}	☒

活力長者計劃-室內草地滾球同樂							
40506738 (SN0916)	3/9-29/10 (1/10)除外	一	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	3/9-29/10	即場報名
40506739 (SN0917)	4/9-18/9	二	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	40	4/9-18/9	即場報名
40506740 (SN0918)	5/9-31/10 (17/10)除外	三	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	5/9-31/10	即場報名
40506741 (SN0919)	6/9-25/10	四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	6/9-25/10	即場報名

40506743 (SN0920)	7/9-26/10	五	8:00-10:00	鴨脷洲體育館	40	7/9-26/10	即場報名
活力長者計劃-乒乓球同樂							
40506759 (SN0921)	3/9-27/9 (10/9, 24/9, 25/9)除外	一,二,四	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	3/9-27/9	即場報名
40506760 (SN0922)	5/9-28/9	三,五	12:00-14:00	鴨脷洲體育館	4	5/9-28/9	即場報名
40506761 (SN0923)	7/9-28/9	五	9:00-11:00	香港仔體育館	8	7/9-28/9	即場報名
40506762 (SN0924)	3/9-28/9	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	6	3/9-28/9	即場報名
40506763 (SN0925)	4/9-18/9	二	9:00-11:00	赤柱體育館	6	4/9-18/9	即場報名
40506764 (SN0926)	4/9-18/9	二	8:00-11:00	黃竹坑體育館	16	4/9-18/9	即場報名
40506765 (SN0927)	6/9-27/9	四	8:00-11:00	黃竹坑體育館	16	6/9-27/9	即場報名
活力長者計劃-網球同樂							
40506766 (SN0928)	5/9-26/9	三	7:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	4	5/9-26/9	即場報名
活力長者計劃-美式桌球同樂							
40506726 (SN0910)	3/9-27/9	一,四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	3/9-27/9	即場報名
40506727 (SN0911)	4/9-18/9	二	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	4/9-18/9	即場報名
40506730 (SN0912)	5/9-28/9	三,五	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	5/9-28/9	即場報名
長者康體匯紋-美式桌球同樂							
40506768 (SN0930)	3/9-19/9	一,三	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6	3/9-19/9	即場報名
活力長者計劃- 門球同樂							
40506736 (SN0914)	5/9-26/9	三	9:00-11:00	黃竹坑體育館	10	5/9-26/9	即場報名
40506737 (SN0915)	4/9-27/9 (25/9)除外	二,四	14:00-16:00	漁光道體育館	10	4/9-27/9	即場報名
活力長者計劃-門球同樂							
40506735 (SN0913)	7/9-28/9	五	11:00-13:00	鴨脷洲體育館	10	7/9-28/9	即場報名