






















































康樂及文化事務署
社區康樂活動

屯門區

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)									
40492482	3/9-24/9	一,三,五	7:00-8:00	屯門游泳池(訓練池)	18+	100	16	7/8	 
40492570	3/9-24/9	一,三,五	8:00-9:00	屯門西北游泳池	18+	100	16	7/8	 
成人胸泳訓練班(第一階段)									
40492569	3/9-24/9	一,三,五	7:00-8:00	屯門西北游泳池	18+	100	16	7/8	 
成人捷泳訓練班(第二階段)									
40492491	3/9-24/9	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池(副池)	18+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
成人胸泳訓練班(第二階段)									
40492487	3/9-24/9	一,三,五	8:00-9:00	屯門游泳池	18+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492490	3/9-24/9	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	18+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
成人捷泳訓練班(第三階段)									
40492574	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	20:30-21:30	屯門西北游泳池	18+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
成人胸泳訓練班(第三階段)									
40492572	4/9-9/10 (25/9)除外	二,四	19:30-20:30	屯門西北游泳池	18+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
胸泳訓練班(第三階段)									
40492493	3/9-24/9	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池(主池)	9+	100	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
健體舞訓練班									
40496062	11/9-30/10 (25/9/9/10,11/10)除外	二,四	18:00-19:00	友愛體育館	14+	65	20	6/8	 
40496063	11/9-30/10 (25/9/9/10,11/10)除外	二,四	19:00-20:00	友愛體育館	14+	65	20	6/8	 
器械健體訓練班									
④ 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。									
40492809	4/9-2/10 (25/9)除外	二,四,六	8:00-9:00	大興體育館	15+	75	20	@9/8	 
40492810	4/9-2/10 (25/9)除外	二,四,六	9:00-10:00	大興體育館	15+	75	20	@9/8	 
40496065	7/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	友愛體育館	15+	75	20	@10/8	 
40496066	4/9-16/10 (25/9)除外	二,四	19:00-20:00	友愛體育館	15+	75	20	@9/8	 
40496067	4/9-16/10 (25/9)除外	二,四	20:00-21:00	友愛體育館	15+	75	20	@9/8	 
水中健體訓練班									
40492484	3/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	屯門游泳池(訓練池)	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492485	3/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	屯門游泳池(訓練池)	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492488	3/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492489	3/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	20:30-21:30	屯門游泳池	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492571	4/9-23/10 (25/9)除外	二,四	19:30-20:30	屯門西北游泳池	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
40492573	4/9-23/10 (25/9)除外	二,四	20:30-21:30	屯門西北游泳池	14+	80	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
瑜伽訓練班									
40492807	6/9-11/10 (25/9)除外	二,四	7:00-9:00	大興體育館	15+	85	20	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40492808	6/9-11/10 (25/9)除外	二,四	9:00-11:00	大興體育館	15+	85	20	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
正確使用健身室設施簡介會									
40492802	8/9	六	17:00-20:00	大興體育館	15+	免費	20	1/8	 
40492803	22/9	六	17:00-20:00	大興體育館	15+	免費	20	1/8	 
40492941	9/9	日	14:00-17:00	良田體育館	15+	免費	20	1/8	 
40493767	4/9	二	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	1/8	 
40493774	17/9	一	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496060	7/9	五	19:00-22:00	友愛體育館	15+	免費	20	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496061	15/9	六	15:00-18:00	友愛體育館	15+	免費	20	1/8	 
身心伸展訓練班									
40496068	21/9-9/11 (10/10,12/10,17/10)除外	三,五	14:00-15:00	友愛體育館	15+	85	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496069	21/9-9/11 (10/10,12/10,17/10)除外	三,五	15:00-16:00	友愛體育館	15+	85	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									
40493580	15/9	六	9:00-10:00	大興體育館	7+	免費	24	15/8	
40493581	15/9	六	10:00-11:00	大興體育館	7+	免費	24	15/8	
40493582	15/9	六	11:00-12:00	大興體育館	7+	免費	24	15/8	
兒童羽毛球訓練班									
40493769 (802)	1/9-3/11	六	14:00-16:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	7-11	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496002	9/9-11/11	日	10:00-12:00	友愛體育館	7-11	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
成人羽毛球訓練班									

40492804	4/9-9/10 (25/9)除外	二,五	11:00-13:00	大興體育館	18+	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40492961	2/9-4/11	日	11:00-13:00	良田體育館	18+	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496071	3/9-8/10 (1/10)除外	一,四	9:00-11:00	友愛體育館	18+	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
40496072	3/9-8/10 (1/10)除外	一,四	14:00-16:00	友愛體育館	18+	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40493577	1/9-6/10	六	14:00-16:00	友愛體育館	7+	73	24	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
----------	----------	---	-------------	-------	----	----	----	-----------------------	--

中級羽毛球訓練班

40496005	9/9-11/11	日	8:00-10:00	友愛體育館	10+	118	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
----------	-----------	---	------------	-------	-----	-----	----	----------------------	--

草地滾球訓練班

40496222	3/9-4/10 (24/9,1/10)除外	一,四	20:00-22:00	湖山草地滾球場	8+	54	8	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
----------	---------------------------	-----	-------------	---------	----	----	---	-----------------------	--

小型網球訓練班

40492968	2/9-4/11	日	9:00-11:00	良田體育館	6-12	70	16	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
----------	----------	---	------------	-------	------	----	----	-----------------------	--

壁球訓練班

40492811	3/9-27/9	一,四	18:30-20:30	大興體育館	7+	160	8	3/8	
40492812	3/9-27/9	一,四	20:30-22:30	大興體育館	7+	160	8	3/8	
40492970	10/9-8/10 (1/10)除外	一,三	19:00-21:00	良田體育館	7+	160	8	2/8	
40492971	10/9-8/10 (1/10)除外	一,三	21:00-23:00	良田體育館	7+	160	8	2/8	

乒乓球訓練班

40496049	9/9-11/11	日	12:00-14:00	友愛體育館	14+	86	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
----------	-----------	---	-------------	-------	-----	----	----	----------------------	--

兒童乒乓球訓練班

40496073	16/9-18/11	日	14:00-16:00	友愛體育館	6-13	86	24	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
----------	------------	---	-------------	-------	------	----	----	----------------------	--

網球同樂日

40492341	12/9	三	18:00-19:00	青善遊樂場	8+	免費	12	9/8	
40492342	12/9	三	19:00-20:00	青善遊樂場	8+	免費	12	9/8	
40492343	12/9	三	20:00-21:00	青善遊樂場	8+	免費	12	9/8	
40492344	26/9	三	18:00-19:00	青善遊樂場	8+	免費	12	16/8	
40492345	26/9	三	19:00-20:00	青善遊樂場	8+	免費	12	16/8	
40492346	26/9	三	20:00-21:00	青善遊樂場	8+	免費	12	16/8	

成人網球訓練班

40492336	18/9-23/10 (25/9)除外	二,五	19:00-21:00	青善遊樂場	18+	170	18	30/7-3/8 (9/8){27/8}	
----------	---------------------	-----	-------------	-------	-----	-----	----	----------------------	--

圍棋訓練班(第一階段)

40492966	2/9-7/10	日	14:30-16:30	良田體育館	6+	40	20	2/8	
----------	----------	---	-------------	-------	----	----	----	-----	--

圍棋訓練班(第二階段)

40492967	2/9-7/10	日	16:30-18:30	良田體育館	6+	40	20	2/8	
----------	----------	---	-------------	-------	----	----	----	-----	--

籃球訓練班

40492976	2/9-4/11	日	13:00-15:00	良田體育館	10+	75	30	23/7-27/7 (2/8){20/8}	
----------	----------	---	-------------	-------	-----	----	----	-----------------------	--

***屯門區排球比賽-女子公開組**

40493770 (QTM0805-18)	2/9-23/9	日	9:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	100	12	16/7-20/7 (27/7){13/8}	
-----------------------	----------	---	------------	-------------	-----	-----	----	------------------------	--

***屯門區排球比賽-女子青少年組**

40493771 (QTM0806-18)	2/9-23/9	日	9:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12-17	100	8	16/7-20/7 (27/7){13/8}	
-----------------------	----------	---	------------	-------------	-------	-----	---	------------------------	--

***屯門區排球比賽-男子公開組**

40493772 (QTM0807-18)	2/9-23/9	日	9:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12+	100	12	16/7-20/7 (27/7){13/8}	
-----------------------	----------	---	------------	-------------	-----	-----	----	------------------------	--

***屯門區排球比賽-男子青少年組**

40493773 (QTM0808-18)	2/9-23/9	日	9:00-18:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	12-17	100	8	16/7-20/7 (27/7){13/8}	
-----------------------	----------	---	------------	-------------	-------	-----	---	------------------------	--

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。

智障人士室內門球同樂日

40496282	7/9	五	14:00-16:00	良田體育館	8+	3	25/7	
----------	-----	---	-------------	-------	----	---	------	--

智障及自閉症人士康樂日營

40502791	16/9	日	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	19	25/7	
----------	------	---	------------	-----------	----	----	------	--

智障人士及精神病康復者室內短墊滾球同樂日

40496308	15/9	六	10:00-12:00	良田體育館	8+	3	25/7	
----------	------	---	-------------	-------	----	---	------	--

殘疾人士室內短墊滾球同樂日

40508500	12/9	三	10:00-12:00	良田體育館	8+	3	25/7	
----------	------	---	-------------	-------	----	---	------	--

智障及肢體傷殘人士小型網球同樂日

40503384	1/9	六	10:00-12:00	大興體育館	8+	3	25/7	
----------	-----	---	-------------	-------	----	---	------	--

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)							
40492483	3/9-24/9	一,三,五	8:00-9:00	屯門游泳池	16	23/7-27/7 (2/8){20/8}	✉
長者游泳訓練班(第二階段)							
40492486	3/9-24/9	一,三,五	7:00-8:00	屯門游泳池	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	✉
長者游泳訓練班(第三階段)							
40492492	3/9-24/9	一,三,五	19:30-20:30	屯門游泳池(主池)	20	23/7-27/7 (2/8){20/8}	✉
長者健體訓練班							
40496076	5/9-15/10 (1/10,8/10,10/10,12/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	友愛體育館	20	30/7-3/8 (9/8){27/8}	✉
長者器械健體訓練班							
@ 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。							
40496077	7/9-5/10 (1/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	友愛體育館	20	@30/7-3/8 (9/8){27/8}	✉
活力長者計劃-乒乓球同樂							
40496080	3/9-24/9	一	9:00-10:00	友愛體育館	20	8/8	📺 i
40496082	3/9-24/9	一	10:00-11:00	友愛體育館	20	8/8	📺 i
活力長者計劃-健體操同樂							
40493538	6/9-27/9	四	8:00-10:00	良田體育館	30	30/7-3/8 (9/8){27/8}	✉
40496083	5/9-26/9	三	9:00-11:00	友愛體育館	30	30/7-3/8 (9/8){27/8}	✉
活力長者計劃-棋乒樂無窮							
40493768	6/9-27/9	四	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	30	6/9-27/9	即場報名
活力長者計劃-羽毛球自習計劃							
40493519	3/9-24/9	一	9:00-10:00	良田體育館	20	3/9-24/9	即場報名
40493521	3/9-24/9	一	10:00-11:00	良田體育館	20	3/9-24/9	即場報名
活力長者計劃-草地滾球同樂							
40496225	6/9-27/9	四	9:00-11:00	湖山草地滾球場	16	6/9-27/9	即場報名
活力長者計劃-草地滾球自習計劃							
40496223	5/9-26/9	三	9:00-10:00	湖山草地滾球場	16	5/9-26/9	即場報名
40496224	5/9-26/9	三	10:00-11:00	湖山草地滾球場	16	5/9-26/9	即場報名
活力長者計劃-門球同樂							
40492805	5/9-26/9	三	7:00-8:00	大興體育館	20	13/8	📺 i
40492806	5/9-26/9	三	8:00-9:00	大興體育館	20	13/8	📺 i
40496078	6/9-27/9	四	7:00-8:00	友愛體育館	20	14/8	📺 i
40496079	6/9-27/9	四	8:00-9:00	友愛體育館	20	14/8	📺 i
長者門球訓練班							
40493685	2/9-21/10	日	8:00-10:00	新和里遊樂場	15	6/8	📺 i
40493687	21/9-9/11	五	8:00-10:00	新和里遊樂場	15	6/8	📺 i