

























































































康樂及文化事務署
社區康樂活動
2018年10月份康樂體育活動一覽表






葵青區

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
長跑訓練班									
40485989	3/10-12/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	青衣運動場	16+	130	40	3/9	 
健體舞訓練班									
40484677 (KWT-891-18)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	18:00-19:00	青衣西南體育館	14+	65	25	10/9	 
40484678 (KWT-892-18)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	19:00-20:00	青衣西南體育館	14+	65	25	10/9	 
40486339 (KWT-899-18)	9/10-15/11	二,四	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	65	16	10/9	 
40486340 (KWT-900)	9/10-15/11	二,四	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	65	16	10/9	 
40506016 (KWT887)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	9:00-10:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506017 (KWT888)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	10:00-11:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506018 (KWT893)	5/10-21/12	五	13:00-14:00	大窩口體育館	14+	65	25	10/9	 
40506019 (KWT894)	5/10-21/12	五	14:00-15:00	大窩口體育館	14+	65	25	10/9	 
40506020 (KWT889)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	19:00-20:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506021 (KWT890)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	20:00-21:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506675	8/10-19/11 (17/10)除外	一,三	13:00-14:00	青衣體育館	14+	65	30	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506676	8/10-19/11 (17/10)除外	一,三	14:00-15:00	青衣體育館	14+	65	30	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506677	9/10-15/11	二,四	19:00-20:00	青衣體育館	14+	65	30	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506678	9/10-15/11	二,四	20:00-21:00	青衣體育館	14+	65	30	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506679	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	8:00-9:00	青衣體育館	14+	65	30	10/9	 
40506680	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	9:00-10:00	青衣體育館	14+	65	30	22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506721 (884)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	10:00-11:00	荔景體育館	14+	65	25	10/9	 
40506723 (885)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	14+	65	25	10/9	 
40506724 (886)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	14+	65	25	10/9	 
40506985	8/10-16/11	一,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	10/9	 
40506986	8/10-16/11	一,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	10/9	 
爵士舞訓練班									
40486364 (KWT-930)	14/10-16/12	日	10:00-12:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	70	16	6/9	 
八段錦訓練班									
40484693 (KWT-906-18)	4/10-13/11	二,四	9:00-10:00	青衣西南體育館	8+	80	30	4/9	 
40484694 (KWT-907-18)	4/10-13/11	二,四	10:00-11:00	青衣西南體育館	8+	80	30	4/9	 
40486352 (KWT-905)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	80	30	4/9	 
兒童舞訓練班									
40506025 (KWT908)	6/10-8/12	六	16:00-18:00	大窩口體育館	4-6	60	20	4/9	 
中國舞訓練班									
40507006	14/10-16/12	日	15:00-17:00	楓樹窩體育館	14+	45	20	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
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。									
40486383 (KWT-922)	9/10-15/11	二,四	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@17/9	 
40486384 (KWT-923)	9/10-15/11	二,四	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@17/9	 
40486385 (KWT-924)	9/10-15/11	二,四	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@17/9	 
40486386 (KWT-925)	9/10-15/11	二,四	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@17/9	 
40506026 (KWT918)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	20:00-21:00	大窩口體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506027 (KWT919)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	21:00-22:00	大窩口體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506028 (KWT910)	2/10-8/11	二,四	19:00-20:00	大窩口體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506029 (KWT911)	2/10-8/11	二,四	20:00-21:00	大窩口體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506030 (KWT916)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	9:00-10:00	大窩口體育館	15+	75	20	@22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506031 (KWT917)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	10:00-11:00	大窩口體育館	15+	75	20	@22/8-26/8 (6/9){26/9}	
40506728 (920)	4/10-12/11	一,四	9:00-10:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506729 (921)	4/10-12/11	一,四	10:00-11:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506731 (912)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	9:00-10:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506732 (913)	3/10-14/11 (17/10)除外	三,五	10:00-11:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506733 (914)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506734 (915)	3/10-14/11 (17/10)除外	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506992	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@17/9	 
40506995	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@17/9	 
40507083	23/10-29/11	二,四	8:00-9:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@17/9	 
40507084	23/10-29/11	二,四	9:00-10:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@17/9	 





社交舞訓練班

40486458 (KWT-935)	27/10-5/1 (22/12)除外	六	15:00-17:00	北葵涌邵華堅體育館	14+	86	24	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506037 (KWT934)	7/10-9/12	日	15:00-17:00	大窩口體育館	14+	86	26	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506691	5/10-7/12	五	14:00-16:00	青衣體育館	14+	86	30	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506746 (933)	6/10-8/12	六	19:00-21:00	荔景體育館	14+	86	26	25/8-29/8 (11/9){28/9}	


簡易太極班

40486331 (KWT-940)	25/10-4/12	二,四	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	6+	54	30	21/9		
40507023	14/10-30/12	日	10:00-11:00	楓樹窩體育館(無空調)	6+	54	30	21/9		
40507025	14/10-30/12	日	11:00-12:00	楓樹窩體育館(無空調)	6+	54	30	21/9		





瑜珈訓練班

40506693	10/10-19/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506694	5/10-7/12	五	10:00-12:00	青衣體育館	15+	85	30	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506695	5/10-7/12	五	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	25/8-29/8 (11/9){28/9}	
40506745 (941)	4/10-6/12	四	19:00-21:00	荔景體育館	15+	85	25	25/8-29/8 (11/9){28/9}	



優質健行訓練班

40507792 (931)	5/10-12/11	一,五	7:00-8:00	青衣公園	6+	20	20	5/9	 
----------------	------------	-----	-----------	------	----	----	----	-----	---




正確使用健身室設施簡介會

40506023 (KWT945)	6/10	六	18:00-21:00	大窩口體育館	15+	免費	25	22/8-26/8 (6/9)[26/9]	
40506024 (KWT946)	6/10	六	19:00-22:00	大窩口體育館	15+	免費	25	22/8-26/8 (6/9)[26/9]	
40507225	13/10	六	18:00-21:00	長發體育館	15+	免費	25	22/8-26/8 (6/9)[26/9]	
40507226	13/10	六	19:00-22:00	長發體育館	15+	免費	25	22/8-26/8 (6/9)[26/9]	

壓力處理與鬆弛技巧訓練班

40507223	11/10-10/1	四	20:00-21:00	長發體育館	14+	80	20	6/9	 
40507224	11/10-10/1	四	21:00-22:00	長發體育館	14+	80	20	6/9	

羽毛球訓練班

40484685 (KWT-950-18)	3/10-12/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	青衣西南體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
40486347 (KWT-954)	24/10-2/1 (26/12)除外	三	19:00-21:00	北葵涌邵肇堅體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
40506022 (KWT951)	4/10-5/11	一、四	19:00-21:00	大窩口體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
40506681	9/10-11/12	二	19:00-21:00	青衣體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
40506744 (952)	4/10-6/12	四	19:00-21:00	荔景體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40506690	11/10-15/11	四	19:00-21:00	青衣體育館	7+	73	24	7/9	
----------	-------------	---	-------------	-------	----	----	----	-----	---

BMX(小輪車)同樂日

40487777 (KWT0977)	20/10	六	9:30-12:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	24/9	
40487778 (KWT0978)	20/10	六	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	24/9	




小型網球訓練班

40506036 (KWT962)	6/10-29/12 (8/12,15/12,22/12)除外	六	14:00-16:00	大窩口體育館	6-12	70	16	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
-------------------	------------------------------------	---	-------------	--------	------	----	----	-----------------------	---

室內氣手槍射擊同樂日

40485990	20/10	六	14:00-15:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	19/9	
40485991	20/10	六	15:00-16:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	19/9	

壁球訓練班

4048462 (KWT-965)	22/10-14/11	一三	19:00-21:00	北葵涌邵華堅體育館	7+	160	8	20/9	 
40506692	9/10-1/11	二四	19:00-21:00	青衣體育館	7+	160	12	17/8-21/8 (4/9){21/9}	

乒乓球訓練班

40486466 (KWT-970)	15/10-17/12	一	19:00-21:00	北葵涌郎肇堅體育館	6+	86	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	☒
40506038 (KWT967)	7/10-9/12	日	10:00-12:00	大窩口體育館	6+	86	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	☒
40506742 (968)	8/10-10/12	一	19:00-21:00	荔景體育館	6+	86	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	☒
40506984	13/10-15/12	六	16:00-18:00	楓樹窩體育館(無空調)	6+	86	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	☒
40507218	5/10-9/11 (17/10)除外	三,五	19:00-21:00	長發體育館	6+	86	24	17/8-21/8 (4/9){21/9}	☒

室內網球訓練班

40486427 (KWT-961)	16/10-15/11	二,四	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	170	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
--------------------	-------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	-----------------------	---

網球訓練班

40507791 (974)	22/10-21/11	一,三	19:00-21:00	青衣公園	8+	170	18	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
----------------	-------------	-----	-------------	------	----	-----	----	-----------------------	---

高爾夫球同樂日

40487774 (KWT0979)	14/10	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	30	19/9	
--------------------	-------	---	-------------	-------------	----	----	----	------	---

高爾夫球短距離球訓練班

40487771 (KWT0955)	7/10-21/10	日	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	-----------------------	---

高爾夫球訓練班(第一階段)

40487768 (KWT0956)	2/10-16/10	二	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	-----------------------	---

高爾夫球訓練班(第二階段)

40487769 (KWT0957)	2/10-16/10	二	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	-----------------------	---

40487770 (KW10958)

高爾夫球訓練班(第三階段)

40487772 (KWT0959)	23/10-30/10	二,日	18:00-20:00	和宜道高爾夫球練習場、 屯門康樂體育中心	8+	160	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	
40487773 (KWT0960)	23/10-30/10	二,日	20:00-22:00	和宜道高爾夫球練習場、 屯門康樂體育中心	8+	160	6	17/8-21/8 (4/9){21/9}	

葵青區籃球比賽2018 (男子組)

40505684 (QKWT880118)	14/10-21/10	日	9:00-18:00	青衣西南體育館	14+	60	16	26/7-2/8 (14/8){11/9}	✉
-----------------------	-------------	---	------------	---------	-----	----	----	-----------------------	---

葵青區籃球比賽2018(女子組)

40505685 (QKWT880218)	14/10-21/10	日	9:00-18:00	青衣西南體育館	14+	60	16	26/7-2/8 (14/8){11/9}	✉
-----------------------	-------------	---	------------	---------	-----	----	----	-----------------------	---

葵青區足球賽2018

40508556	4/10-22/11	二,三,四,五,六,日	19:00-23:00	青衣東北公園 / 葵涌運動場 / 青衣運動場	14+	100	16	13/8-22/8 (29/8){18/9}	✉
----------	------------	-------------	-------------	------------------------	-----	-----	----	------------------------	---

沙灘排球同樂日

40487821	14/10	日	16:00-18:00	葵涌運動場	10+	免費	20	26/9	📄 ⓘ
----------	-------	---	-------------	-------	-----	----	----	------	-----

普及健體運動-行山樂

40497980	14/10	日	9:00-16:00	B11路線 沙澳逐蛇過深涌	6+	40	48	22/8-26/8 (4/9){26/9}	✉
----------	-------	---	------------	---------------	----	----	----	-----------------------	---

園藝講座 - 鬼馬花藝工作坊

40488345 (KWT1013)	20/10	六	14:00-16:00	林士德體育館會議室	不限	30	24	20/9	📄 ⓘ
--------------------	-------	---	-------------	-----------	----	----	----	------	-----

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。

殘疾人士日營

40509484	24/10	三	9:30-16:00	西貢戶外康樂中心	6+	40	1/9	📄
----------	-------	---	------------	----------	----	----	-----	---

高爾夫球同樂日(殘疾人士)

40487775 (KWT1016)	21/10	日	15:30-16:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	6	1/9	📄
--------------------	-------	---	-------------	-------------	----	---	-----	---

40487776 (KWT1017)	21/10	日	16:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	6	1/9	📄
--------------------	-------	---	-------------	-------------	----	---	-----	---

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。

40486382 (KWT-984)	9/10-15/11	二,四	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14	@25/8-29/8 (11/9) {28/9}	✉
--------------------	------------	-----	-----------	-----------	----	-----------------------------	---

40507085	23/10-29/11	二,四	10:00-11:00	楓樹窩體育館	20	@25/8-29/8 (11/9) {28/9}	✉
----------	-------------	-----	-------------	--------	----	-----------------------------	---

活力長者計劃-乒乓球自習

40486409 (KWT-1005)	4/10-25/10	四	13:30-14:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	13/9	📄 ⓘ
---------------------	------------	---	-------------	-----------	----	------	-----

40486410 (KWT-1006)	4/10-25/10	四	14:30-15:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	13/9	📄 ⓘ
---------------------	------------	---	-------------	-----------	----	------	-----

40506750 (1007)	8/10-29/10	一	7:00-8:00	荔景體育館	24	13/9	📄 ⓘ
-----------------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40506751 (1008)	8/10-29/10	一	8:00-9:00	荔景體育館	24	13/9	📄 ⓘ
-----------------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40506987	3/10-31/10 (17/10)除外	三	9:00-10:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	13/9	📄 ⓘ
----------	-------------------------	---	------------	-------------	----	------	-----

40506988	3/10-31/10 (17/10)除外	三	10:00-11:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	13/9	📄 ⓘ
----------	-------------------------	---	-------------	-------------	----	------	-----

40507219	8/10-29/10	一	13:00-14:00	長發體育館	36	13/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	-------------	-------	----	------	-----

40507220	8/10-29/10	一	14:00-15:00	長發體育館	36	13/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	-------------	-------	----	------	-----

40506687	8/10-29/10	一	7:00-8:00	青衣體育館	24	13/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40506689	8/10-29/10	一	8:00-9:00	青衣體育館	24	13/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

活力長者計劃-健體同樂

40506032 (KWT995)	4/10-25/10	四	9:00-10:00	大窩口體育館	25	25/8-29/8 (11/9) {28/9}	✉
-------------------	------------	---	------------	--------	----	----------------------------	---

40506033 (KWT996)	4/10-25/10	四	10:00-11:00	大窩口體育館	25	25/8-29/8 (11/9) {28/9}	✉
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	----------------------------	---

40506747 (997)	8/10-29/10	一	7:00-8:00	荔景體育館	25	12/9	📄 ⓘ
----------------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40506748 (994)	4/10-25/10	四	8:00-9:00	荔景體育館	25	12/9	📄 ⓘ
----------------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40486444 (KWT-992)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	12/9	📄 ⓘ
--------------------	-------------------------	---	------------	-----------	----	------	-----

40486445 (KWT-993)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	12/9	📄 ⓘ
--------------------	-------------------------	---	-------------	-----------	----	------	-----

40506685	8/10-29/10	一	8:00-9:00	青衣體育館	20	12/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

40506686	8/10-29/10	一	9:00-10:00	青衣體育館	20	12/9	📄 ⓘ
----------	------------	---	------------	-------	----	------	-----

活力長者計劃-器械健體同樂

40506749 (1000)	8/10-29/10	一	8:00-9:00	荔景體育館	20	5/9	📄 ⓘ
-----------------	------------	---	-----------	-------	----	-----	-----

活力長者計劃-羽毛球自習

40484756 (KWT-990-18)	9/10-30/10	二	7:00-8:00	青衣西南體育館	20	11/9	 <i>i</i>
40484757 (KWT-991-18)	9/10-30/10	二	8:00-9:00	青衣西南體育館	20	11/9	 <i>i</i>
40507221	4/10-25/10	四	13:00-14:00	長發體育館	24	11/9	 <i>i</i>
40507222	4/10-25/10	四	14:00-15:00	長發體育館	24	11/9	 <i>i</i>
40506683	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	青衣體育館	20	11/9	 <i>i</i>
40506684	3/10-31/10 (17/10)除外	三	8:00-9:00	青衣體育館	20	11/9	 <i>i</i>
活力長者計劃-門球自習							
40506034 (KWT1001)	8/10-29/10	一	7:00-8:00	大窩口體育館	20	14/9	 <i>i</i>
40506035 (KWT1002)	8/10-29/10	一	8:00-9:00	大窩口體育館	20	14/9	 <i>i</i>