

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

西貢區

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									
40509898 (SK 1107)	2/10-4/12	二	19:00-21:00	香港單車館公園	16+	130	40	13/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
健體舞訓練班									
40509809 (SK 1018)	26/10-5/12	三,五	13:00-14:00	西貢壁球場	14+	65	12	20/9	☒ i
40509810 (SK 1019)	26/10-5/12	三,五	14:00-15:00	西貢壁球場	14+	65	12	20/9	☒ i
40509811 (SK 1020)	2/10-27/10	二,四,六	9:00-10:00	翠林體育館	14+	65	20	24/8	☒ i
40509812 (SK 1021)	2/10-27/10	二,四,六	10:00-11:00	翠林體育館	14+	65	20	24/8	☒ i
40509813 (SK 1022)	6/10-3/11 (16/10)除外	二,四,六	9:00-10:00	將軍澳體育館	14+	65	20	29/8	☒ i
40509814 (SK 1023)	6/10-3/11 (16/10)除外	二,四,六	10:00-11:00	將軍澳體育館	14+	65	20	29/8	☒ i
40509815 (SK 1024)	6/10-3/11 (16/10)除外	二,四,六	11:00-12:00	將軍澳體育館	14+	65	20	29/8	☒ i
40509816 (SK 1025)	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	19:00-20:00	翠林體育館	14+	65	20	10/9	☒ i
40509817 (SK 1026)	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	20:00-21:00	翠林體育館	14+	65	20	10/9	☒ i
40509818 (SK 1027)	9/10-15/11	二,四	14:00-15:00	坑口體育館	14+	65	30	31/8	☒ i
40509819 (SK 1028)	9/10-15/11	二,四	15:00-16:00	坑口體育館	14+	65	30	31/8	☒ i
40509820 (SK 1029)	29/10-23/11	一,三,五	14:00-15:00	香港單車館	14+	65	24	27/9	☒ i
40509821 (SK 1030)	29/10-23/11	一,三,五	15:00-16:00	香港單車館	14+	65	24	27/9	☒ i
八段錦訓練班									
40509843 (SK 1052)	3/10-31/10 (17/10)除外	一,三,五	9:30-10:30	將軍澳游泳池對出空地	8+	80	30	30/8	☒ i
兒童舞訓練班									
40509822 (SK 1031)	7/10-9/12	日	14:00-16:00	香港單車館	4-6	60	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509849 (SK 1058)	14/10-16/12	日	10:00-12:00	將軍澳體育館	4-6	60	20	12/9	☒ i
中國舞訓練班									
40509850 (SK 1059)	10/10-19/12 (17/10)除外	三	9:00-11:00	翠林體育館	12+	45	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509851 (SK 1060)	12/10-14/12	五	19:00-21:00	坑口體育館	12+	45	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509852 (SK 1061)	9/10-18/12 (20/11)除外	二	13:00-15:00	調景嶺體育館	12+	45	30	17/8-23/8 (4/9){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，餘額則於翌日上午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。									
40509865 (SK 1074)	2/10-8/11	二,四	15:00-16:00	寶林體育館	15+	75	20	@23/8	☒ i
40509866 (SK 1075)	2/10-8/11	二,四	16:00-17:00	寶林體育館	15+	75	20	@23/8	☒ i
40509867 (SK 1076)	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	9:00-10:00	翠林體育館	15+	75	20	@7/9	☒ i
40509868 (SK 1077)	10/10-21/11 (17/10)除外	三,五	10:00-11:00	翠林體育館	15+	75	20	@7/9	☒ i
40509869 (SK 1078)	9/10-15/11	二,四	19:00-20:00	翠林體育館	15+	75	20	@6/9	☒ i
40509870 (SK 1079)	9/10-15/11	二,四	20:00-21:00	翠林體育館	15+	75	20	@6/9	☒ i
40509871 (SK 1080)	18/10-13/11	二,四,六	9:00-10:00	寶林體育館	15+	75	20	@18/9	☒ i
40509872 (SK 1081)	18/10-13/11	二,四,六	10:00-11:00	寶林體育館	15+	75	20	@18/9	☒ i
40509873 (SK 1082)	8/10-19/11 (17/10)除外	一,三	8:00-9:00	將軍澳體育館	15+	75	26	@3/9	☒ i
40509874 (SK 1083)	8/10-19/11 (17/10)除外	一,三	9:00-10:00	將軍澳體育館	15+	75	26	@3/9	☒ i
爵士舞訓練班									
40509892 (SK 1101)	14/10-16/12	日	13:00-15:00	將軍澳體育館	12+	70	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509893 (SK 1102)	9/10-8/11	二,四	19:00-21:00	調景嶺體育館	12+	70	30	7/9	☒ i
社交舞訓練班									
40509828 (SK 1037)	13/10-15/12	六	16:00-18:00	香港單車館	14+	86	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509829 (SK 1038)	12/10-14/12	五	19:00-21:00	香港單車館	14+	86	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509920 (SK 1129)	15/10-17/12	一	19:00-21:00	將軍澳體育館	14+	86	24	17/8-23/8 (4/9){5/10}	☒
40509921 (SK 1130)	13/10-15/12	六	14:00-16:00	翠林體育館	14+	86	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509922 (SK 1131)	7/10-9/12	日	14:00-16:00	寶林體育館	14+	86	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509923 (SK 1132)	10/10-19/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	坑口體育館	14+	86	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509924 (SK 1133)	14/10-16/12	日	9:00-11:00	坑口體育館	14+	86	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509925 (SK 1134)	12/10-21/12 (23/11)除外	五	19:00-21:00	調景嶺體育館	14+	86	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
中級社交舞訓練班									
40509926 (SK 1135)	13/10-15/12	六	16:00-18:00	翠林體育館	14+	86	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
40509927 (SK 1136)	7/10-9/12	日	16:00-18:00	寶林體育館	14+	86	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	☒
太極拳訓練班									
40509943 (SK 1152)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	坑口文曲里公園	6+	60	35	5/9	☒ i
40509944 (SK 1153)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	厚德邨德澤樓側球場	6+	60	50	5/9	☒ i
40509945 (SK 1154)	8/10-25/3 (4/2)除外	一,五	19:30-20:30	厚德邨德澤樓側球場	6+	60	50	5/9	☒ i

40509946 (SK 1155)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	明德邨商場上蓋籃球場	6+	60	50	5/9	 
40509947 (SK 1156)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	寶翠公園硬地足球場	6+	60	50	5/9	 
40509948 (SK 1157)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	尚德邨譚耀烈紀念劇場	6+	60	45	5/9	 
40509949 (SK 1158)	8/10-22/3	一,五	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	6+	60	45	5/9	 
40509950 (SK 1159)	2/10-26/3 (25/12,1/1,5/2)除外	二,六	7:00-8:00	康盛花園平台花園	6+	60	45	5/9	 
40509951 (SK 1160)	2/10-26/3 (25/12,1/1,5/2)除外	二,六	7:00-8:00	將軍澳游泳池對出空地	6+	60	50	5/9	 

簡易太極班

40509938 (SK 1147)	7/10-23/12	日	8:00-9:00	將軍澳游泳池外空地	6+	54	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509939 (SK 1148)	7/10-23/12	日	9:00-10:00	常寧遊樂場太極場	6+	54	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509940 (SK 1149)	6/10-22/12	六	9:00-10:00	常寧遊樂場太極場	6+	54	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509941 (SK 1150)	6/10-22/12	六	7:00-8:00	彩明商場天台羽毛球場	6+	54	30	6/9	 

太極劍訓練班

40509942 (SK 1151)	2/10-26/3 (25/12,1/1,5/2)除外	二,六	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	6+	60	40	3/9	 
--------------------	--------------------------------	-----	-----------	---------------	----	----	----	-----	---

西方土風舞訓練班

40509962 (SK 1171)	14/10-16/12	日	16:00-18:00	坑口體育館	8+	45	30	13/9	 
--------------------	-------------	---	-------------	-------	----	----	----	------	---

瑜伽訓練班

40509963 (SK 1172)	8/10-10/12	一	16:00-18:00	寶林體育館	15+	85	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509964 (SK 1173)	14/10-16/12	日	19:00-21:00	翠林體育館	15+	85	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509965 (SK 1174)	11/10-13/12	四	19:00-21:00	坑口體育館	15+	85	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509966 (SK 1175)	6/10-8/12	六	17:00-19:00	將軍澳體育館	15+	85	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	

正確使用健身室設施簡介會

40509824 (SK 1033)	18/10	四	19:00-22:00	香港單車館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509825 (SK 1034)	18/10	四	20:00-23:00	香港單車館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509859 (SK 1068)	9/10	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509860 (SK 1069)	9/10	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509861 (SK 1070)	23/10	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509862 (SK 1071)	23/10	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509863 (SK 1072)	3/10	三	19:00-22:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509864 (SK 1073)	3/10	三	20:00-23:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	17/8-23/8 (4/9){28/9}	

壓力管理與鬆弛技巧

40509933 (SK 1142)	2/10-15/11	二,四	10:00-11:00	調景嶺體育館	14+	80	30	24/8	 
--------------------	------------	-----	-------------	--------	-----	----	----	------	---

健步行簡介會

40509848 (SK 1057)	14/10	日	9:00-11:00	寶翠公園	6+	免費	40	12/9	 
--------------------	-------	---	------------	------	----	----	----	------	---

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40509911 (SK 1120)	20/10	六	13:00-14:00	坑口體育館	7+	免費	24	19/9	
40509912 (SK 1121)	20/10	六	14:00-15:00	坑口體育館	7+	免費	24	19/9	
40509913 (SK 1122)	20/10	六	15:00-16:00	坑口體育館	7+	免費	24	19/9	

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40509914 (SK 1123)	13/10-17/11	六	14:00-16:00	寶林體育館 (非備冷氣)	7+	73	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
--------------------	-------------	---	-------------	--------------	----	----	----	-----------------------	---

羽毛球訓練班

40509836 (SK 1045)	8/10-8/11	一,四	19:00-21:00	將軍澳體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509837 (SK 1046)	25/10-27/11	二,四	8:00-10:00	翠林體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509838 (SK 1047)	9/10-8/11	二,四	19:00-21:00	寶林體育館(非備冷氣)	7+	118	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509839 (SK 1048)	18/10-19/11	一,四	15:00-17:00	坑口體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509840 (SK 1049)	13/10-15/12	六	8:00-10:00	坑口體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509841 (SK 1050)	3/10-19/12 (17/10,21/11)除外	三	10:00-12:00	調景嶺體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509842 (SK 1051)	9/10-8/11	二,四	9:00-11:00	調景嶺體育館	7+	118	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	

場地單車體驗日

40509834 (SK 1043)	13/10	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	31/8	 
40509835 (SK 1044)	27/10	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	31/8	 

場地單車訓練班 (第二階段)

40491285 (SK-0427)	17/10	三	14:00-18:00	香港單車館	11+	140	20	11/9	 
--------------------	-------	---	-------------	-------	-----	-----	----	------	---

場地單車訓練班 (第三階段)

40491302 (SK 0434)	20/10	六	14:00-18:00	香港單車館	11+	140	20	11/9	 
--------------------	-------	---	-------------	-------	-----	-----	----	------	---

草地滾球訓練班

40509894 (SK 1103)	22/10-14/11	一,三	16:00-18:00	坑口文曲里公園	8+	54	16	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
--------------------	-------------	-----	-------------	---------	----	----	----	-----------------------	---

小型網球訓練班

40509910 (SK 1119)	20/10-22/12	六	9:00-11:00	寶林體育館(非備冷氣)	6-12	70	12	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
--------------------	-------------	---	------------	-------------	------	----	----	-----------------------	---

壁球訓練班

40509928 (SK 1137)	4/10-30/10	二,四	19:00-21:00	西貢壁球場	7+	160	8	31/8	 
40509929 (SK 1138)	18/10-13/11	二,四	19:00-21:00	翠林體育館	7+	160	8	14/9	 
40509932 (SK 1141)	3/10-31/10 (17/10)除外	三,五	19:00-21:00	寶林體育館	7+	160	8	30/8	 

乒乓球訓練班

40509830 (SK 1039)	14/10-16/12	日	10:00-12:00	香港單車館	6+	86	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509934 (SK 1143)	14/10-16/12	日	10:00-12:00	西貢壁球場	6+	86	12	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509935 (SK 1144)	6/10-8/12	六	14:00-16:00	將軍澳體育館	6+	86	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509936 (SK 1145)	16/10-18/12	二	19:00-21:00	坑口體育館	6+	86	18	17/8-23/8 (4/9){5/10}	

兒童乒乓球訓練班

40509854 (SK 1063)	28/10-20/1 (25/11,23/12,30/12)除外	日	9:00-11:00	調景嶺體育館	6-13	86	18	26/9	 
--------------------	-------------------------------------	---	------------	--------	------	----	----	------	---

網球訓練班

40509952 (SK 1161)	29/10-29/11	一,四	19:00-21:00	西貢網球場	8+	170	12	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509953 (SK 1162)	16/10-18/12	二	17:00-19:00	西貢網球場	8+	170	12	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509954 (SK 1163)	10/10-19/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	西貢網球場	8+	170	12	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509955 (SK 1164)	13/10-15/12	六	9:00-11:00	西貢網球場	8+	170	12	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509956 (SK 1165)	10/10-14/11 (17/10)除外	一,三	9:00-11:00	寶翠公園	8+	170	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509957 (SK 1166)	5/10-6/11	二,五	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509958 (SK 1167)	3/10-12/12 (17/10)除外	三	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509959 (SK 1168)	4/10-6/11	二,四	17:00-19:00	寶翠公園	8+	170	18	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509960 (SK 1169)	15/10-7/11 (17/10)除外	一,三,五	15:00-17:00	寶翠公園	8+	170	18	13/9	 

西貢區十一人足球比賽2018*

40505554 (QSK 888)	21/10-13/1	三,日	9:00-22:00	寶翠公園, 邵肇堅及將軍澳運動場	14+	100	16	27/8-9/9 (13/9){4/10}	
--------------------	------------	-----	------------	------------------	-----	-----	----	-----------------------	---

排球訓練班

40509961 (SK 1170)	14/10-16/12	日	14:00-16:00	寶林體育館	10+	70	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
--------------------	-------------	---	-------------	-------	-----	----	----	-----------------------	---

堆沙同樂日

40509918 (SK 1127)	14/10	日	10:00-12:00	清水灣第二灣泳灘	不限	免費	64	10/9	 
--------------------	-------	---	-------------	----------	----	----	----	------	---

運動攀登同樂日

40509930 (SK 1139)	13/10	六	15:30-17:00	調景嶺體育館	12+	免費	24	11/9	 
40509931 (SK 1140)	13/10	六	17:00-18:30	調景嶺體育館	12+	免費	24	11/9	 

運動安全展覽暨體能測試

40509856 (SK 1065)	3/10	三	18:45-21:15	將軍澳運動場	不限	免費	250	3/10	即場報名
40509857 (SK 1066)	10/10	三	18:45-21:15	將軍澳運動場	不限	免費	250	10/10	即場報名
40509858 (SK 1067)	24/10	三	18:45-21:15	將軍澳運動場	不限	免費	250	24/10	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。

殘疾人士器械健體訓練班

40509916 (SK 1125)	5/10-23/11	五	17:00-18:00	坑口體育館	15+	4	22/8	
--------------------	------------	---	-------------	-------	-----	---	------	---

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 表 日 期 (抽籤日期) {公開後補日期}	報 名 方 式
-----------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----------------------------------	---------

長者八段錦訓練班

40509844 (SK 1053)	20/10-15/11	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德澤樓側球場	30	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509845 (SK 1054)	20/10-15/11	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕樓側球場	30	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509846 (SK 1055)	20/10-15/11	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨譚輝烈紀念劇場	30	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509847 (SK 1056)	20/10-15/11	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商場平台花園	30	17/8-23/8 (4/9){5/10}	

康體匯敘 - 長者徒手健體操

40509899 (SK 1108)	5/10-26/10	五	8:00-10:00	翠林體育館	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
--------------------	------------	---	------------	-------	----	-----------------------	---

長者徒手健體訓練班

40509875 (SK 1084)	6/10-10/11 (16/10,6/11)除外	二,四,六	8:00-9:00	將軍澳體育館	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509876 (SK 1085)	9/10-8/11	二,四,六	8:00-9:00	調景嶺體育館	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509877 (SK 1086)	9/10-8/11	二,四,六	9:00-10:00	調景嶺體育館	30	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509881 (SK 1090)	24/10-7/12	三,五	7:00-8:00	寶林體育館	20	17/8-23/8 (4/9){5/10}	
40509882 (SK 1091)	24/10-7/12	三,五	8:00-9:00	寶林體育館	20	17/8-23/8 (4/9){5/10}	

長者體操訓練班

40509878 (SK 1087)	9/10-22/11	二,四,六	8:00-9:00	翠林體育館	20	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
--------------------	------------	-------	-----------	-------	----	-----------------------	---

康體匯敘 - 太極

40509901 (SK 1110)	4/10-25/10	四	7:00-8:00	康盛花園平台花園	35	4/10-25/10	即場報名
40509902 (SK 1111)	4/10-25/10	四	7:00-8:00	將軍澳游泳池對出空地	35	4/10-25/10	即場報名
40509903 (SK 1112)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	坑口文曲里公園	35	3/10-31/10	即場報名
40509904 (SK 1113)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	厚德邨德澤樓側球場	35	3/10-31/10	即場報名
40509905 (SK 1114)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	19:30-20:30	厚德邨德澤樓側球場	35	3/10-31/10	即場報名
40509906 (SK 1115)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	明德邨商場上蓋籃球場	35	3/10-31/10	即場報名
40509907 (SK 1116)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	寶翠公園硬地足球場	35	3/10-31/10	即場報名
40509908 (SK 1117)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	尚德邨譚輝烈紀念劇場	35	3/10-24/10	即場報名
40509909 (SK 1118)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	3/10-24/10	即場報名

康體匯敘 - 太極劍							
40509900 (SK 1109)	4/10-25/10	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	4/10-25/10	即場報名
活力長者計劃-乒乓球自習							
40509883 (SK 1092)	3/10-31/10 (17/10)除外	三	8:00-9:00	翠林體育館	8	30/8	 
40509884 (SK 1093)	5/10-26/10	五	8:00-9:00	翠林體育館	8	30/8	 
40509885 (SK 1094)	4/10-25/10	四	7:00-8:00	坑口體育館	12	4/9	 
40509886 (SK 1095)	4/10-25/10	四	8:00-9:00	坑口體育館	12	4/9	 
40509887 (SK 1096)	4/10-25/10	四	9:00-10:00	坑口體育館	12	4/9	 
活力長者計劃-羽毛球自習							
40509826 (SK 1035)	8/10-29/10	一	7:00-9:00	香港單車館	20	4/9	 
活力長者計劃 - 舞蹈同樂							
40509879 (SK 1088)	3/10-28/11 (17/10)除外	三	9:00-11:00	將軍澳體育館	24	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
40509880 (SK 1089)	8/10-26/11	一	9:00-11:00	坑口體育館	50	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
長者乒乓球訓練班							
40509937 (SK 1146)	13/10-15/12	六	10:00-12:00	西貢壁球場	12	17/8-23/8 (4/9){28/9}	
長者日營							
40509855 (SK 1064)	10/10	三	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	48	17/8-23/8 (4/9){28/9}	