

康樂及文化事務署  
社區康樂活動  
2018年11月份康樂體育活動一覽表

40508991 (QTM1090-18)	4/11	日	9:00-21:00	友愛體育館	19-34	20	16	17/9	
<b>屯門區壁球比賽 男子青年組(MC)</b>									
40508992 (QTM1090-18)	4/11	日	9:00-21:00	友愛體育館	14-18	20	16	17/9	
<b>屯門區壁球比賽 男子青年組(MD)</b>									
40508993 (QTM1090-18)	4/11	日	9:00-21:00	友愛體育館	0-13	20	32	17/9	
<b>壁球訓練班</b>									
40492508	13/11-6/12	二,四	19:30-21:30	屯門游泳池壁球場	7+	160	8	5/10	
<b>乒乓球訓練班</b>									
40492840	6/11-22/1 (25/12,1/1)除外	二	19:00-21:00	大興體育館	14+	86	24	28/9-5/10 (11/10){30/10}	
40496119	18/11-3/2 (25/11,2/12)除外	日	12:00-14:00	友愛體育館	14+	86	24	28/9-5/10 (11/10){30/10}	
<b>網球同樂日</b>									
40492363	21/11	三	18:00-19:00	青善遊樂場	8+	免費	12	12/10	
40492364	21/11	三	19:00-20:00	青善遊樂場	8+	免費	12	12/10	
40492365	21/11	三	20:00-21:00	青善遊樂場	8+	免費	12	12/10	
40492370	11/11	日	14:00-15:00	青善遊樂場	8+	免費	12	8/10	
40492371	11/11	日	15:00-16:00	青善遊樂場	8+	免費	12	8/10	
40492372	11/11	日	16:00-17:00	青善遊樂場	8+	免費	12	8/10	
<b>成人網球訓練班</b>									
40492361	21/11-21/12	三,五	20:00-22:00	屯門鄧肇堅運動場網球場	18+	170	18	20/9-27/9 (4/10){23/10}	
<b>中級網球訓練班</b>									
40492348	6/11-7/12	二,五	19:00-21:00	青善遊樂場	8+	170	18	20/9-27/9 (4/10){23/10}	
<b>門球同樂日</b>									
40493696	4/11	日	8:00-9:00	新和里遊樂場	8+	免費	15	10/10	
40493697	4/11	日	9:00-10:00	新和里遊樂場	8+	免費	15	10/10	
40493698	18/11	日	15:00-16:00	新和里遊樂場	8+	免費	15	10/10	
40493699	18/11	日	16:00-17:00	新和里遊樂場	8+	免費	15	10/10	
<b>普及健體運動-行山樂</b>									
40493665	18/11	日	9:00-17:00	D6 降下逐鹿出雞谷	6+	40	48	26/9	
<b>社區園圃計劃</b>									
40493702	11/11-10/3	一,二,三,四, 五,六,日	8:00-18:00	青田遊樂場社區園圃	12+	400	50	28/9-5/10 (11/10){30/10}	
40493703	10/11-9/3	一,二,三,四, 五,六,日	8:00-18:00	屯富路社區園圃	12+	400	38	28/9-5/10 (11/10){30/10}	

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。

#### 精神病康復者草地滾球同樂日

40496315	14/11	三	14:00-16:00	湖山草地滾球場	8+	4	21/9	
40496327	17/11	六	10:00-12:00	湖山草地滾球場	8+	3	21/9	

#### 智障人士八段錦訓練計劃

40496299	7/11-28/11	三	19:00-21:00	友愛體育館	8+	4	21/9	
----------	------------	---	-------------	-------	----	---	------	--

#### 智障人士康樂宿營

40496324	3/11-4/11	六,日	14:00-14:00	西貢戶外康樂中心	不限	19	21/9	
----------	-----------	-----	-------------	----------	----	----	------	--

#### 自閉症人士康樂日營

40496287	24/11	六	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	19	21/9	
----------	-------	---	------------	-----------	----	----	------	--

#### 智障人士及精神病康復者羽毛球訓練計劃

40496310	2/11-23/11	五	18:00-20:00	良田體育館	8+	3	21/9	
----------	------------	---	-------------	-------	----	---	------	--

#### 智障人士及精神病康復者室內門球同樂日

40496293	3/11	六	10:00-12:00	大興體育館	8+	3	21/9	
----------	------	---	-------------	-------	----	---	------	--

#### 智障人士及精神病康復者康樂宿營

40496320	5/11-6/11	一,二	14:00-14:00	西貢戶外康樂中心	不限	5	21/9	
----------	-----------	-----	-------------	----------	----	---	------	--

#### 智障及自閉症人士康樂宿營

40496288	8/11-9/11	四,五	14:00-14:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	19	21/9	
----------	-----------	-----	-------------	-----------	----	----	------	--

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
40492584	19/11-21/12	一,五	11:00-12:00	屯門西北游泳池	16	20/9-27/9 (4/10) {23/10}	

**長者健體訓練班**

40493802	15/11-15/12	二,四,六	10:00-11:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
40496120	23/11-24/12	一,三,五	8:00-9:00	友愛體育館	20	28/9-5/10 (11/10) {30/10}	

**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。

40492842	8/11-4/12	二,四,六	14:00-15:00	大興體育館	20	@28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
40492843	8/11-4/12	二,四,六	15:00-16:00	大興體育館	20	@28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
40493803	8/11-4/12	二,四,六	7:00-8:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	@28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
40493806	12/11-7/12	一,三,五	16:00-17:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	20	@28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
40496121	23/11-19/12	一,三,五	9:00-10:00	友愛體育館	20	@28/9-5/10 (11/10) {30/10}	

**活力長者計劃-乒乓球同樂**

40496124	5/11-26/11	一	9:00-10:00	友愛體育館	20	9/10	i
40496125	5/11-26/11	一	10:00-11:00	友愛體育館	20	9/10	i

**活力長者計劃-健體操同樂**

40493540	1/11-29/11	四	8:00-10:00	良田體育館	30	20/9-27/9 (4/10) {23/10}	
40496127	7/11-28/11	三	9:00-11:00	友愛體育館	30	20/9-27/9 (4/10) {23/10}	

**活力長者計劃-棋乒乓樂無窮**

40493801	1/11-22/11	四	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	30	1/11-22/11	即場報名
----------	------------	---	-------------	-------------	----	------------	------

**活力長者計劃-羽毛球自習計劃**

40493524	5/11-26/11	一	9:00-10:00	良田體育館	20	5/11-26/11	即場報名
40493525	5/11-26/11	一	10:00-11:00	良田體育館	20	5/11-26/11	即場報名

**活力長者計劃-草地滾球同樂**

40496243	1/11-29/11	四	9:00-11:00	湖山草地滾球場	16	1/11-29/11	即場報名
----------	------------	---	------------	---------	----	------------	------

**活力長者計劃-草地滾球自習計劃**

40496241	7/11-28/11	三	9:00-10:00	湖山草地滾球場	16	7/11-28/11	即場報名
40496242	7/11-28/11	三	10:00-11:00	湖山草地滾球場	16	7/11-28/11	即場報名

**活力長者計劃-門球同樂**

40492844	7/11-28/11	三	7:00-8:00	大興體育館	20	11/10	i
40492845	7/11-28/11	三	8:00-9:00	大興體育館	20	11/10	i
40496122	1/11-29/11	四	7:00-8:00	友愛體育館	20	5/10	i
40496123	1/11-29/11	四	8:00-9:00	友愛體育館	20	5/10	i

**長者門球訓練班**

40493689	21/11-14/12	三,五	8:00-10:00	新和里遊樂場	15	4/10	i
----------	-------------	-----	------------	--------	----	------	---

**長者康樂日營**

40492738	19/11	一	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	48	28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
----------	-------	---	------------	-----------	----	------------------------------	--

**長者康樂旅行**

40492357	8/11	四	9:00-17:00	西貢大廟 大拗門 獅子 會自然教育中心	96	28/9-5/10 (11/10) {30/10}	
----------	------	---	------------	---------------------	----	------------------------------	--