











































**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**

**元朗區**

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
<b>健體舞訓練班</b>									
40507730 (YL1099-18)	1/11-11/12	二,四	8:00-9:00	屏山天水圍體育館	14+	65	30	27/9	 
40507731 (YL1100-18)	1/11-11/12	二,四	9:00-10:00	屏山天水圍體育館	14+	65	30	27/9	 
40509537 (YL1116-18)	2/11-12/12	三,五	8:00-9:00	鳳琴街體育館	14+	65	20	2/10	 
40509541 (YL1117-18)	2/11-12/12	三,五	9:00-10:00	鳳琴街體育館	14+	65	20	2/10	 
40509581 (YL1201-18)	20/11-3/1 (25/12,1/1)除外	二,四	8:00-9:00	朗屏體育館	14+	65	30	22/10	 
40509583 (YL1202-18)	20/11-3/1 (25/12,1/1)除外	二,四	9:00-10:00	朗屏體育館	14+	65	30	22/10	 
40509638 (YL1172-18)	13/11-8/1 (20/11,4/12,18/12,25/12,1/1)除外	二,四	8:00-9:00	天水圍體育館	14+	65	20	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
40509639 (YL1173-18)	13/11-8/1 (20/11,4/12,18/12,25/12,1/1)除外	二,四	9:00-10:00	天水圍體育館	14+	65	20	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
40509674 (YL1218-18)	27/11-11/1 (25/12,1/1)除外	二,五	18:00-19:00	元朗體育館	14+	65	30	26/10	 
40509675 (YL1219-18)	27/11-11/1 (25/12,1/1)除外	二,五	19:00-20:00	元朗體育館	14+	65	30	26/10	 
<b>器械健體訓練班</b>									
@ 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。									
40509586 (YL1157-18)	9/11-5/12	一,三,五	15:00-16:00	朗屏體育館	15+	75	20	@9/10	 
40509587 (YL1182-18)	16/11-28/12 (24/12)除外	一,五	19:00-20:00	朗屏體育館	15+	75	20	@15/10	 
40509589 (YL1183-18)	16/11-28/12 (24/12)除外	一,五	20:00-21:00	朗屏體育館	15+	75	20	@15/10	 
40509592 (YL1204-18)	20/11-3/1 (25/12,1/1)除外	二,四	21:00-22:00	朗屏體育館	15+	75	20	@18/10	 
40509629 (YL1196-18)	19/11-14/12	一,三,五	14:00-15:00	天暉路體育館	15+	75	20	@22/10	 
<b>水中健體訓練班</b>									
40489196 (YL0568-18)	6/11-20/12	二及四	9:00-10:00	屏山天水圍游泳池	14+	80	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
<b>爵士舞訓練班</b>									
40509595 (YL1147-18)	5/11-21/1 (24/12,31/12)除外	一	20:00-22:00	朗屏體育館	12+	70	30	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
<b>柔道訓練班</b>									
40509552 (YL1150-18)	6/11-22/1 (25/12,1/1)除外	二	18:00-20:00	朗屏體育館	6+	65	30	5/10	 
<b>太極訓練班</b>									
40509531 (YL1212-18)	23/11-22/3 (26/12,6/2,8/2,11/12)除外	一,三,五	7:00-8:00	鳳琴街體育館	6+	60	40	25/10	 
40509598 (YL1206-18)	21/11-15/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	錦繡花園(市中心廣場)	6+	60	40	23/10	 
40509601 (YL1207-18)	21/11-15/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	元朗賽馬會廣場	6+	60	40	23/10	 
40509604 (YL1208-18)	21/11-15/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	朗屏邨(房屋署前籃球場)	6+	60	40	25/10	 
40509606 (YL1209-18)	21/11-15/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	7:30-8:30	橫台山遊樂場	6+	60	40	25/10	 
40509608 (YL1224-18)	30/11-25/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	18:30-19:30	元朗賽馬會廣場	6+	60	40	30/10	 
40509610 (YL1225-18)	30/11-25/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	18:30-19:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	30/10	 
40509614 (YL1198-18)	19/11-13/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	7:15-8:15	嘉湖山莊鄉村俱樂部外空地	6+	60	40	18/10	 
40509615 (YL1199-18)	19/11-13/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	6:00-7:00	攸潭美籃球場	6+	60	40	18/10	 
40509616 (YL1200-18)	19/11-13/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	6:45-7:45	新田(惇裕學校)	6+	60	40	18/10	 
<b>太極劍訓練班</b>									
40509611 (YL1210-18)	21/11-15/3 (26/12,6/2)除外	一,三,五	6:30-7:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	23/10	 
40509654 (YL1060-18)	13/11-12/3 (25/12,1/1,5/2,7/2 除外)	二、四、六	7:00-8:00	天水圍公園 (五人足球場)	6+	60	40	12/10	 
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40509550 (YL1164-18)	11/11	日	15:00-18:00	朗屏體育館	15+	免費	25	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
40509623 (YL1193-18)	18/11	日	15:00-18:00	天暉路體育館	15+	免費	25	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
40509631 (YL1165-18)	11/11	日	9:00-12:00	天水圍體育館	15+	免費	25	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
40509668 (YL1186-18)	17/11	六	14:00-17:00	元朗體育館	15+	免費	25	19/9-25/9 (4/10){24/10}	
<b>親子羽毛球同樂日</b>									
40509682 (YL1187-18)	17/11	六	13:00-14:00	元朗體育館	7+	免費	24	19/10	 
40509683 (YL1188-18)	17/11	六	14:00-15:00	元朗體育館	7+	免費	24	19/10	 


40509684 (YL1189-18)	17/11	六	15:00-16:00	元朗體育館	7+	免費	24	19/10		
羽毛球訓練班										
40509535 (YL1141-18)	5/11-6/12	一,四	20:00-22:00	鳳琴街體育館	7+	118	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509625 (YL1171-18)	13/11-14/12	二,五	19:00-21:00	天暉路體育館	7+	118	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509633 (YL1112-18)	1/11-11/12 (29/11,6/12)除外	二,四	20:00-22:00	天水圍體育館	7+	118	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509634 (YL1144-18)	5/11-6/12	一,四	9:00-11:00	天水圍體育館	7+	118	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
壁球訓練班										
40509593 (YL1176-18)	15/11-10/12	一,四	19:30-21:30	元朗賽馬會壁球場	7+	160	12	16/10		
40509652 (YL1174-18)	14/11-7/12	三,五	20:00-22:00	天水圍體育館	7+	160	12	11/10		
40509653 (YL1220-18)	29/11-27/12 (25/12)除外	二,四	21:00-23:00	天水圍體育館	7+	160	12	26/10		
乒乓球訓練班										
40509533 (YL1143-18)	5/11-6/12	一,四	16:00-18:00	鳳琴街體育館	6+	86	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509620 (YL1158-18)	9/11-12/12	三及五	17:00-19:00	屏山天水圍體育館	6+	86	24	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509624 (YL1111-18)	1/11-3/12	一,四	14:00-16:00	天暉路體育館	6+	86	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509632 (YL1154-18)	8/11-18/12 (29/11,6/12)除外	二,四	19:00-21:00	天水圍體育館	6+	86	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509669 (YL1177-18)	15/11-17/12	一,四	19:00-21:00	元朗體育館	6+	86	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
網球訓練班										
40509548 (YL1142-18)	5/11-6/12	一,四	19:00-21:00	西菁街網球場	8+	170	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509617 (YL1168-18)	25/11-24/2 (6/1,13/1,20/1,10/2)除外	日	19:00-21:00	西菁街網球場	8+	170	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509618 (YL1184-18)	16/11-18/1	五	9:00-11:00	西菁街網球場	8+	170	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509619 (YL1205-18)	21/11-30/1 (26/12)除外	三	9:00-11:00	西菁街網球場	8+	170	18	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
40509656 (YL1179-18)	16/11-18/12	二、五	20:00-22:00	天水圍公園	8+	170	12	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
普及體育推廣計劃 - 門球同樂日										
40509681 (YL1159-18)	10/11	六	9:00-11:00	元朗公園	6+	免費	40	10/10		
普及健體運動 - 行山樂										
40509679 (YL1120-18)	4/11	日	9:00-17:00	C6 炮台山下有將軍	6+	40	48	19/9-25/9 (4/10){24/10}		
普及健體運動-跳繩同樂日										
40509680 (YL1160-18)	10/11	六	14:00-17:00	元朗兒童遊樂場	6+	免費	500	10/10		

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。


長期病患者健體舞訓練計劃(CP)

40509711 (YL1667-18)	10/11-1/12	六	12:00-14:00	屏山天水圍體育館	14+	4	18/9	
----------------------	------------	---	-------------	----------	-----	---	------	---

精神病康復者康樂日營(CP)

40509723 (YL1669-18)	30/11	五	9:00-17:00	西貢戶外康樂中心	不限	8	18/9	
----------------------	-------	---	------------	----------	----	---	------	---


智障人士及精神病康復者康樂旅行

40494932 (YL0929-18)	9/11	五	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	40	18/7	
----------------------	------	---	------------	-----------	----	----	------	---


精神病康復者康樂旅行

40509724 (YL1163-18)	10/11	六	9:00-17:00	元朗/荃灣	不限	20	18/9	
----------------------	-------	---	------------	-------	----	----	------	---


智障人士康樂旅行

40509721 (YL1211-18)	23/11	五	9:00-17:00	中環	不限	8	18/9	
----------------------	-------	---	------------	----	----	---	------	---


肢體傷殘人士康樂旅行(CP)

40509685 (YL1668-18)	18/11	日	9:00-17:00	西貢火山探知館, 東霸地質公園	不限	12	18/9	
----------------------	-------	---	------------	-----------------	----	----	------	---

智障人士康樂宿營

40509722 (YL1153-18)	8/11-9/11	四,五	14:00-14:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	6	18/9	
----------------------	-----------	-----	-------------	-----------	----	---	------	---

特殊需要兒童康樂旅行

40509720 (YL1155-18)	9/11	五	9:00-17:00	大埔	不限	16	18/9	
----------------------	------	---	------------	----	----	----	------	---

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。

40509626 (YL1190-18)	17/11-13/12	二,四,六	7:00-8:00	天暉路體育館	20	@19/9-25/9 (4/10) {24/10}	
40509627 (YL1191-18)	17/11-13/12	二,四,六	8:00-9:00	天暉路體育館	20	@19/9-25/9 (4/10) {24/10}	
40509628 (YL1197-18)	19/11-14/12	一,三,五	13:00-14:00	天暉路體育館	20	@19/9-25/9 (4/10) {24/10}	


長者水中健體訓練班

40489275 (YL1149-18)	6/11-20/12	二及四	10:00-11:00	屏山天水圍游泳池	24	19/9-25/9 (4/10) {24/10}	
----------------------	------------	-----	-------------	----------	----	-----------------------------	---




活力長者計劃 - 乒乓球同樂

40509622 (YL1138-18)	5/11-26/11	一	10:00-11:00	屏山天水圍體育館	30	4/10	 <i>i</i>
40509636 (YL1181-18)	23/11-28/12 (30/11,7/12)除外	五	9:00-10:00	天水圍體育館	30	15/10	 <i>i</i>
40509670 (YL1114-18)	2/11-23/11	五	9:00-10:00	元朗體育館	18	3/10	 <i>i</i>
40509671 (YL1115-18)	2/11-23/11	五	10:00-11:00	元朗體育館	18	3/10	 <i>i</i>

活力長者計劃 - 社交舞同樂

40509555 (YL1152-18)	7/11-28/11	三	15:00-16:00	朗屏體育館	30	8/10	 <i>i</i>
----------------------	------------	---	-------------	-------	----	------	--


活力長者計劃 - 羽毛球同樂

40509637 (YL1180-18)	23/11-28/12 (30/11,7/12)除外	五	10:00-11:00	天水圍體育館	30	15/10	 <i>i</i>
40509672 (YL1139-18)	5/11-26/11	一	9:00-10:00	元朗體育館	30	5/10	 <i>i</i>
40509673 (YL1140-18)	5/11-26/11	一	10:00-11:00	元朗體育館	30	5/10	 <i>i</i>

活力長者計劃 - 門球同樂

40509678 (YL1136-18)	5/11-19/11	一、四	7:00-9:00	元朗公園	20	5/10	 <i>i</i>
40509655 (YL1156-18)	9/11-23/11	三、五	7:00-9:00	天水圍公園	20	9/10	 <i>i</i>

長者陸上暢遊\*

40509613 (YL1175-18)	15/11	四	9:00-17:00	馬灣、香港歷史博物館	48	19/9-25/9 (4/10) {24/10}	
----------------------	-------	---	------------	------------	----	-----------------------------	---