






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

油尖旺區



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
成人第一階段捷泳訓練班									
40510512 (YM1169)	1/11-22/11	二,四,五	18:00-19:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510513 (YM1174)	6/11-7/12	二,五	7:00-8:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510515 (YM1178)	13/11-13/12	二,四	15:00-16:00	大角咀游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
成人第一階段胸泳訓練班									
40510507 (YM1168)	1/11-1/12	四,六	7:00-8:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510508 (YM1175)	16/11-20/12	四,五	14:00-15:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510510 (YM1177)	13/11-13/12	二,四	14:00-15:00	大角咀游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
成人第二階段捷泳訓練班									
40510518 (YM1172)	1/11-1/12	四,六	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510519 (YM1173)	1/11-22/11	二,四,五	20:00-21:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510520 (YM1176)	16/11-20/12	四,五	15:00-16:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
成人第二階段胸泳訓練班									
40510516 (YM1170)	1/11-1/12	四,六	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510517 (YM1171)	1/11-22/11	四,六	19:00-20:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
成人第三階段捷泳訓練班									
40510523 (YM1165)	15/11-20/12 (22/11)除外	二,四	20:00-21:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510524 (YM1167)	21/11-24/12	一,三	21:00-22:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
成人第三階段胸泳訓練班									
40510521 (YM1164)	15/11-20/12 (22/11)除外	二,四	21:00-22:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510522 (YM1166)	21/11-24/12	一,三	20:00-21:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
健體舞訓練班									
40510562 (YM1211)	16/11-28/12 (26/12)除外	三,五	8:00-9:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	16/10	 
40510563 (YM1212)	16/11-28/12 (26/12)除外	三,五	9:00-10:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	16/10	 
40510564 (YM1213)	23/11-19/12	一,三,五	18:00-19:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	24/10	 
40510565 (YM1214)	23/11-19/12	一,三,五	19:00-20:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	24/10	 
40510566 (YM1215)	24/11-20/12	二,四,六	7:00-8:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	24/10	 
40510567 (YM1216)	24/11-20/12	二,四,六	8:00-9:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	24/10	 
40510568 (YM1217)	24/11-20/12	二,四,六	9:00-10:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	24/10	 
40510569 (YM1218)	1/11-11/12	二,四	7:00-8:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	65	25	3/10	 
40510570 (YM1219)	1/11-11/12	二,四	8:00-9:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	65	25	3/10	 
40510571 (YM1220)	6/11-13/12	二,四	18:00-19:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	65	25	3/10	 
40510572 (YM1221)	6/11-13/12	二,四	19:00-20:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	65	25	3/10	 
40510573 (YM1222)	2/11-12/12	三,五	7:00-8:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	2/10	 
40510574 (YM1223)	2/11-12/12	三,五	8:00-9:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	2/10	 
40510575 (YM1224)	2/11-12/12	三,五	9:00-10:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	2/10	 
40510576 (YM1225)	2/11-12/12	三,五	15:00-16:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	2/10	 
40510577 (YM1226)	2/11-12/12	三,五	16:00-17:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	2/10	 
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。									
40510543 (YM1192)	2/11-12/12	三,五	8:00-9:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@3/10	 
40510544 (YM1193)	2/11-12/12	三,五	9:00-10:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@3/10	 
40510545 (YM1194)	2/11-12/12	三,五	12:00-13:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@3/10	 
40510546 (YM1195)	2/11-12/12	三,五	13:00-14:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 
40510547 (YM1196)	2/11-12/12	三,五	15:00-16:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 
40510548 (YM1197)	13/11-20/12	二,四	7:00-8:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@11/10	 
40510549 (YM1198)	13/11-20/12	二,四	8:00-9:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@11/10	 
40510550 (YM1199)	13/11-20/12	二,四	9:00-10:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@11/10	 
40510551 (YM1200)	13/11-20/12	二,四	17:00-18:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510552 (YM1201)	13/11-20/12	二,四	18:00-19:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510553 (YM1202)	13/11-20/12	二,四	19:00-20:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510554 (YM1203)	13/11-20/12	二,四	20:00-21:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510555 (YM1204)	14/11-21/12	三,五	17:00-18:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510556 (YM1205)	14/11-21/12	三,五	18:00-19:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510557 (YM1206)	14/11-21/12	三,五	19:00-20:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@12/10	 
40510558 (YM1207)	2/11-12/12	三,五	17:00-18:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 

40510559 (YM1208)	2/11-12/12	三,五	18:00-19:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 
40510560 (YM1209)	2/11-12/12	三,五	19:00-20:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 
40510561 (YM1210)	2/11-12/12	三,五	20:00-21:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@4/10	 

水中健體訓練班

40510528 (YM1179)	1/11-30/11	二,四,五	18:00-19:00	九龍公園游泳池（訓練池）	14+	80	30	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510529 (YM1180)	1/11-30/11	二,四,五	19:00-20:00	九龍公園游泳池（訓練池）	14+	80	30	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510530 (YM1181)	1/11-30/11	二,四,五	20:00-21:00	九龍公園游泳池（訓練池）	14+	80	30	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510531 (YM1182)	1/11-15/12	四,六	10:00-11:00	九龍公園游泳池（訓練池）	14+	80	30	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510532 (YM1183)	1/11-15/12	四,六	11:00-12:00	九龍公園游泳池（訓練池）	14+	80	30	21/9-26/9 (4/10){25/10}	





爵士舞訓練班

40510578 (YM1227)	20/11-20/12	二,四	20:00-22:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	12+	70	20	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510579 (YM1228)	19/11-19/12	一,三	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	12+	70	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	

社交舞訓練班

40510586 (YM1235)	21/11-21/12	三,五	20:00-22:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	86	20	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510587 (YM1236)	15/11-17/12	一,四	20:00-22:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	86	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510588 (YM1237)	15/11-18/12	二,四	15:00-17:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510589 (YM1238)	21/11-21/12	三,五	9:00-11:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510590 (YM1239)	16/11-18/12	二,五	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	86	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510591 (YM1240)	22/11-27/12 (25/12)除外	二,四	10:00-12:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	14+	86	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	


太極訓練班

40510611 (YM1260)	27/11-26/3 (25/12,11/1,5/2,7/2)除外	二,四,六	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	6+	60	60	26/10	 
40510612 (YM1261)	27/11-26/3 (25/12,11/1,5/2,7/2)除外	二,四,六	7:30-8:30	京士柏曲棍球場	6+	60	40	26/10	 

黃昏簡易太極班

40510623 (YM1273)	6/11-13/12	二,四	17:30-18:30	櫻桃街公園 (廣場)	12+	54	30	16/10	 
-------------------	------------	-----	-------------	------------	-----	----	----	-------	---






太極劍訓練班

40510613 (YM1262)	30/11-27/3 (26/12,4/2,6/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	6+	60	40	30/10	 
-------------------	---------------------------------	-------	-----------	---------	----	----	----	-------	---

瑜伽訓練班

40510580 (YM1229)	1/11-3/1	四	19:00-21:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510581 (YM1230)	4/11-6/1	日	8:00-10:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510582 (YM1231)	28/11-2/1 (26/12)除外	三,五	18:00-20:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510583 (YM1232)	28/11-9/1 (24/12,26/12,31/12)除外	一,三	20:00-22:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510584 (YM1233)	21/11-21/12	三,五	20:00-22:00	官涌體育館(6樓舞蹈室)	15+	85	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510585 (YM1234)	30/11-4/1 (26/12)除外	三,五	10:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	15/9-19/9 (28/9){22/10}	





正確使用健身室設施簡介會

40510533 (YM1184)	2/11	五	19:00-22:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	免費	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510534 (YM1185)	3/11	六	14:00-17:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	免費	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510536 (YM1186)	4/11	日	10:00-13:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510537 (YM1187)	10/11	六	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510538 (YM1188)	20/11	二	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	15/9-19/9 (28/9){22/10}	







健步行簡介會

40510617 (YM1267)	3/11	六	9:00-11:00	尖沙咀海濱花園	6+	免費	40	8/10	 
40510618 (YM1268)	17/11	六	15:00-17:00	九龍公園	6+	免費	40	8/10	 


身心伸展訓練班

40510615 (YM1265)	7/11-30/1 (26/12)除外	三	20:00-21:00	花園街體育館(十樓 2號活動室)	15+	85	24	8/10	 
40510616 (YM1266)	7/11-30/1 (26/12)除外	三	21:00-22:00	花園街體育館(十樓 2號活動室)	15+	85	24	8/10	 



羽毛球訓練班

40510592 (YM1241)	19/11-19/12	一,三	19:00-21:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510593 (YM1242)	22/11-27/12 (25/12)除外	二,四	9:00-11:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510594 (YM1243)	20/11-20/12	二,四	7:00-9:00	花園街體育館(十三樓主場)	7+	118	18	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510595 (YM1244)	23/11-28/12 (25/12)除外	二,五	19:00-21:00	官涌體育館(六樓主場)	12+	118	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510596 (YM1245)	29/11-31/1	四	19:00-21:00	官涌體育館(六樓主場)	7+	118	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510597 (YM1246)	21/11-21/12	三,五	19:00-21:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	118	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	


親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40510598 (YM1247)	10/11-22/12 (1/12)除外	六	16:00-18:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	73	24	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
-------------------	----------------------	---	-------------	--------------	----	----	----	-------------------------	---


單車 - 小輪車訓練班

40490955 (YM0174)	18/11-25/11	日	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	200	20	19/10	 
-------------------	-------------	---	-------------	-------------	----	-----	----	-------	---


*九龍地域分齡壁球比賽2018 女A

40510803 (YM1319)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	45+	20	8	17/9	
-------------------	------------	---	------------	--------------	-----	----	---	------	---


*九龍地域分齡壁球比賽2018 女B

40510804 (YM1320)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	35-44	20	8	17/9	
-------------------	------------	---	------------	--------------	-------	----	---	------	---

























*九龍地域分齡壁球比賽2018 女C

40510805 (YM1321)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	19-34	20	8	17/9	
-------------------	------------	---	------------	--------------	-------	----	---	------	---

*九龍地域分齡壁球比賽2018 女D

40510806 (YM1322)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	15-18	20	16	17/9	
-------------------	------------	---	------------	--------------	-------	----	----	------	---

*九龍地域分齡壁球比賽2018 女E


40510807 (YM1323)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	11-14	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 女F									
40510808 (YM1324)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	0-10	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男A									
40510797 (YM1161)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	45+	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男B									
40510798 (YM1314)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	35-44	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男C									
40510799 (YM1315)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	19-34	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男D									
40510800 (YM1316)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	15-18	20	16	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男E									
40510801 (YM1317)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	11-14	20	32	17/9	
*九龍地域分齡壁球比賽2018 男F									
40510802 (YM1318)	4/11-11/11	日	9:00-18:00	官涌體育館(五樓壁球室)	0-10	20	32	17/9	
壁球訓練班									
40510599 (YM1248)	10/11-5/1 (22/12)除外	六	14:00-16:00	花園街體育館(十一樓壁球室)	7+	160	12	11/10	 
40510600 (YM1249)	14/11-9/1 (26/12)除外	三	19:00-21:00	界限街二號體育館	7+	160	12	16/10	 
40510601 (YM1250)	15/11-10/12	一,四	19:00-21:00	花園街體育館(十一樓壁球室)	7+	160	12	16/10	 
40510602 (YM1251)	1/11-27/11	二,四	18:30-20:30	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
40510603 (YM1252)	2/11-28/11	三,五	19:00-21:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	21/9-26/9 (4/10){25/10}	
網球訓練班									
40510605 (YM1254)	16/11-19/12	三,五	9:00-11:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	12	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
40510606 (YM1255)	20/11-20/12	二,四	7:00-9:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	12	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
橋牌訓練班(第一階段)									
40510614 (YM1264)	4/11-25/11	日	15:15-17:45	花園街體育館(12樓3號活動室)	11+	100	24	8/10	 
*油尖旺區男子七人小型足球比賽									
40510655 (QYM1162)	4/11-18/11	日	9:00-18:00	麥花臣遊樂場(小型足球場)	14+	60	16	24/8-4/9 (12/9){5/10}	
初級野外定向訓練班									
40510621 (YM1271)	14/11-25/11	三,日	19:30-21:30	九龍公園	12+	75	30	16/10	 
宿營									
40510622 (YM1272)	10/11-11/11	六,日	14:00-14:00	西貢戶外康樂中心	不限	86	48	15/9-19/9 (28/9){22/10}	
功夫閣									
40510607 (YM1256)	4/11	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	4/11	即場報名
40510608 (YM1257)	11/11	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	11/11	即場報名
40510609 (YM1258)	18/11	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	18/11	即場報名
40510610 (YM1259)	25/11	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	25/11	即場報名
家庭觀鳥同樂日									
40510620 (YM1270)	10/11	六	14:00-17:00	九龍公園	不限	免費	30	10/10	 
清晨觀鳥匯聚									
40510619 (YM1269)	2/11-30/11	五	7:30-9:30	九龍公園拱廊(集合)	不限	免費	20	2/11-30/11	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。

視障人士正確使用健身室設施簡介會

40510641 (YM1291)	17/11-24/11	六	14:00-17:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	4	2/10	
-------------------	-------------	---	-------------	--------------	-----	---	------	---


長期病患者水中健體訓練計劃

40510639 (YM1289)	1/11-20/12	四	16:00-17:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	3	2/10	
40510640 (YM1290)	1/11-20/12	四	17:00-18:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	3	2/10	

智障人士壁球同樂日

40510649 (YM1299)	9/11	五	9:00-11:30	官涌體育館(壁球室5號及6號)	8+	4	2/10	
-------------------	------	---	------------	-----------------	----	---	------	---

智障人士日營

40510643 (YM1293)	11/11	日	9:30-16:30	西貢戶外康樂中心	不限	10	2/10	
-------------------	-------	---	------------	----------	----	----	------	---

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
----------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----------------------------------	---------

長者第一階段游泳訓練班

40510624 (YM1274)	6/11-7/12	二,五	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	16	21/9-26/9 (4/10) {25/10}	✉
長者第二階段游泳訓練班							
40510625 (YM1275)	6/11-7/12	二,五	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	20	21/9-26/9 (4/10) {25/10}	✉
長者康體匯敘 - 八段錦							
40510629 (YM1279)	6/11-27/11	二	8:00-9:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	6/11-27/11	即場報名
40510630 (YM1280)	6/11-27/11	二	9:00-10:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	6/11-27/11	即場報名
40511426 (YM1310)	2/11-30/11 (5/11,19/11)除外	一,三,五	7:00-9:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	30	2/11-30/11	即場報名
長者康體匯敘 - 徒手健體							
40510631 (YM1281)	2/11-30/11	五	8:00-9:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	30	2/11-30/11	即場報名
40510632 (YM1282)	2/11-30/11	五	9:00-10:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	30	2/11-30/11	即場報名
40511428 (YM1311)	1/11-29/11	二,四	14:00-15:00	花園街體育館(10樓2號活動室)	30	1/11-29/11	即場報名
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。							
40510626 (YM1276)	2/11-12/12	三,五	14:00-15:00	花園街體育館(十樓健身室)	30	@21/9-26/9 (4/10) {25/10}	✉
長者康體匯敘 - 太極							
40510627 (YM1277)	4/11-25/11	日	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	140	4/11-25/11	即場報名
長者康體匯敘- 羽毛球同樂							
40510637 (YM1287)	1/11-29/11 (13/11)除外	二,四	8:00-10:00	大角咀體育館(七樓主場)	24	1/11-29/11	即場報名
長者康體匯敘 - 室內短墊滾球							
40510634 (YM1284)	7/11-28/11	三	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	20	7/11-28/11	即場報名
長者康體匯敘 - 乒乓球							
40510628 (YM1278)	2/11-30/11	二,五	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	24	2/11-30/11	即場報名
40510635 (YM1285)	7/11-28/11	三	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	20	7/11-28/11	即場報名
活力長者計劃 - 門球							
40510633 (YM1283)	1/11-29/11	四	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	16	1/11-29/11	即場報名
40511430 (YM1309)	7/11-28/11	三	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	20	7/11-28/11	即場報名
長者旅行							
40510636 (YM1286)	8/11	四	9:00-17:00	屯門青松觀，屏山文物徑，流浮山	96	21/9-26/9 (4/10) {25/10}	✉