

**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**

**觀塘區**

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>成人捷泳訓練班(第一階段)</b>									
40511243 (KT1036)	2/11-23/11	一,三,五	8:00-9:00	觀塘游泳池(室內訓練池)	18+	100	16	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
<b>成人捷泳訓練班(第二階段)</b>									
40511244 (KT1037)	2/11-23/11	一,三,五	9:00-10:00	觀塘游泳池(室內訓練池)	18+	100	20	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
<b>健體舞訓練班</b>									
40511279 (KT0936)	9/11-5/12	一,三,五	18:00-19:00	瑞和街體育館	14+	65	25	9/10	i
40511280 (KT0937)	9/11-5/12	一,三,五	19:00-20:00	瑞和街體育館	14+	65	25	9/10	i
40511282 (KT0938)	19/11-19/12 (26/11,10/12除外)	一,三,五	8:00-9:00	牛頭角道體育館	14+	65	30	18/10	i
40511296 (KT0939)	19/11-19/12 (26/11,10/12除外)	一,三,五	9:00-10:00	牛頭角道體育館	14+	65	30	18/10	i
40511298 (KT0940)	6/11-13/12	二,四	9:00-10:00	藍田(南)體育館	14+	65	30	10/10	i
40511301 (KT0941)	6/11-13/12	二,四	10:00-11:00	藍田(南)體育館	14+	65	30	10/10	i
40511316 (KT0942)	6/11-13/12	二,四	19:00-20:00	鯉魚門體育館	14+	65	12	10/10	i
40511317 (KT0943)	6/11-13/12	二,四	20:00-21:00	鯉魚門體育館	14+	65	12	10/10	i
40511318 (KT0944)	28/11-28/12 (24/12,26/12除外)	一,三,五	18:00-19:00	牛頭角道體育館	14+	65	30	25/10	i
40511319 (KT0945)	28/11-28/12 (24/12,26/12除外)	一,三,五	19:00-20:00	牛頭角道體育館	14+	65	30	25/10	i
40511321 (KT0946)	6/11-1/12	二,四,六	7:00-8:00	瑞和街體育館	14+	65	25	5/10	i
40511322 (KT0947)	6/11-1/12	二,四,六	8:00-9:00	瑞和街體育館	14+	65	25	5/10	i
40511323 (KT0948)	7/11-3/12	一,三,五	19:00-20:00	藍田(南)體育館	14+	65	30	4/10	i
40511324 (KT0949)	7/11-3/12	一,三,五	20:00-21:00	藍田(南)體育館	14+	65	30	4/10	i
<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。									
40511374 (KT0995)	1/11-11/12	二,四	7:00-8:00	順利邨體育館	15+	75	25	@2/10	i
40511375 (KT0996)	1/11-11/12	二,四	8:00-9:00	順利邨體育館	15+	75	25	@2/10	i
40511376 (KT0997)	1/11-11/12	二,四	9:00-10:00	順利邨體育館	15+	75	25	@2/10	i
40511377 (KT0998)	1/11-11/12	二,四	10:00-11:00	順利邨體育館	15+	75	25	@2/10	i
40511378 (KT0999)	1/11-11/12	二,四	15:00-16:00	順利邨體育館	15+	75	25	@4/10	i
40511379 (KT1000)	1/11-11/12	二,四	16:00-17:00	順利邨體育館	15+	75	25	@4/10	i
40511380 (KT1001)	1/11-11/12	二,四	19:00-20:00	順利邨體育館	15+	75	25	@4/10	i
40511381 (KT1002)	1/11-11/12	二,四	20:00-21:00	順利邨體育館	15+	75	25	@4/10	i
40511382 (KT1003)	2/11-12/12	三,五	7:00-8:00	順利邨體育館	15+	75	25	@8/10	i
40511383 (KT1004)	2/11-12/12	三,五	8:00-9:00	順利邨體育館	15+	75	25	@8/10	i
40511384 (KT1005)	2/11-12/12	三,五	9:00-10:00	順利邨體育館	15+	75	25	@8/10	i
40511719 (KT1006)	2/11-12/12	三,五	10:00-11:00	順利邨體育館	15+	75	25	@8/10	i
40511724 (KT1007)	2/11-12/12	三,五	18:00-19:00	順利邨體育館	15+	75	25	@10/10	i
40511726 (KT1008)	2/11-12/12	三,五	19:00-20:00	順利邨體育館	15+	75	25	@10/10	i
<b>水中健體訓練班</b>									
40511201 (KT1020)	2/11-3/12	一,三,五	19:00-20:00	觀塘游泳池(室內訓練池)	14+	80	30	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511204 (KT1021)	2/11-3/12	一,三,五	20:00-21:00	觀塘游泳池(室內訓練池)	14+	80	30	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>柔道訓練班</b>									
40511234 (KT1026)	17/11-19/1	六	16:00-18:00	九龍灣體育館	6-11	65	16	16/10	i
<b>瑜伽訓練班</b>									
40511330 (KT1053)	15/11-17/12	一,四	15:00-17:00	順利邨體育館	15+	85	30	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511332 (KT1054)	20/11-20/12	二,四	9:00-11:00	牛頭角道體育館	15+	85	30	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511333 (KT1055)	(5/11,19/11,3/12,17/12,26/12) 除外	一,三,五	14:00-15:00	瑞和街體育館	15+	85	25	11/10	i
40511336 (KT1056)	2/11-28/12 (5/11,19/11,3/12,17/12,26/12) 除外	一,三,五	15:00-16:00	瑞和街體育館	15+	85	25	11/10	i
40511337 (KT1057)	2/11-28/12 (5/11,19/11,3/12,17/12,26/12) 除外	一,三,五	16:00-17:00	瑞和街體育館	15+	85	25	11/10	i
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40511325 (KT0950)	11/11	日	9:00-12:00	鯉魚門體育館	15+	免費	25	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
40511326 (KT0951)	14/11	三	18:00-21:00	鯉魚門體育館	15+	免費	25	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
40511328 (KT0952)	17/11	六	14:00-17:00	順利邨體育館	15+	免費	25	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
40511338 (KT0953)	4/11	日	9:00-12:00	順利邨體育館	15+	免費	25	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	

40511339 (KT0954)	5/11	一	18:00-21:00	順利邨體育館	15+	免費	25	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	
<b>健步行簡介會</b>									
40511237 (KT1030)	16/11	五	19:30-21:30	佐敦谷公園	6+	免費	40	8/10	
<b>身心伸展訓練班</b>									
40511329 (KT0969)	8/11-18/12	二,四	20:00-21:00	藍田(南)體育館	15+	85	24	3/10	
40511353 (KT0968)	8/11-18/12	二,四	19:00-20:00	藍田(南)體育館	15+	85	24	3/10	
<b>羽毛球訓練班</b>									
40511341 (KT0957)	2/11-23/11	一,三,五	7:00-9:00	曉光街體育館	7+	118	24	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511348 (KT0963)	13/11-13/12	二,四	19:00-21:00	牛頭角道體育館	18+	118	18	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511349 (KT0964)	6/11-6/12	二,四	9:00-11:00	九龍灣體育館	7+	118	24	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511350 (KT0965)	21/11-21/12	三,五	9:00-11:00	九龍灣體育館	7+	118	24	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511351 (KT0966)	9/11-11/1	五	19:00-21:00	順利邨體育館	18+	118	24	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>羽毛球進階班</b>									
40511347 (KT0962)	2/11-5/12	三,五	19:00-21:00	曉光街體育館	12+	118	24	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>壁球訓練班</b>									
40511242 (KT1035)	6/11-8/1 (25/12,1/1除外)	二	19:00-21:00	瑞和街體育館	7+	160	8	11/10	
<b>網球訓練班</b>									
40511250 (KT1044)	12/11-12/12	一,三	19:00-21:00	曉明街網球場	8+	170	12	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511251 (KT1045)	6/11-7/12	二,五	16:00-18:00	茜發道網球場	8+	170	12	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>高爾夫球訓練班(第一階段)</b>									
40511197 (KT1017)	4/11-25/11	日	9:00-10:30	順利邨體育館	8+	160	6	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
40511198 (KT1018)	4/11-25/11	日	10:30-12:00	順利邨體育館	8+	160	6	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>美式桌球訓練班 (第一階段)</b>									
40511340 (KT0956)	1/11-22/11	四	19:00-21:00	順利邨體育館	8+	120	12	8/10	
<b>英式桌球訓練班(第一階段)</b>									
40511240 (KT1033)	6/11-23/11	二,五	19:00-21:00	順利邨體育館	10+	240	8	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>青年外展康體匯敘- 篮球同樂</b>									
40511352 (KT0967)	2/11-30/11	五	19:00-22:00	觀塘遊樂場	13+	免費	60	2/11-30/11	即場報名
<b>青年外展康體匯敘-足球同樂</b>									
40511241 (KT1034)	2/11-30/11	五	19:00-22:00	觀塘遊樂場 (2號足球場)	13+	免費	60	8/10-30/11	即場報名
<b>門球同樂日</b>									
40511751 (KT1013)	11/11	日	12:00-14:00	佐敦谷遊樂場	20+	免費	30	15/10	
<b>門球訓練班</b>									
40511194 (KT1014)	4/11-23/12	日	10:00-12:00	佐敦谷遊樂場	20+	54	30	15/10	
<b>觀塘區排球比賽 2018 ( 男子組 )</b>									
40509285 (KT1052)	11/11-18/11	日	8:00-19:00	九龍灣體育館	12+	60	16	14/9-23/9 (30/9)(24/10)	
<b>觀塘區排球比賽 2018 ( 女子組 )</b>									
40509284 (KT1051)	11/11-18/11	日	8:00-19:00	九龍灣體育館	12+	60	16	14/9-23/9 (30/9)(24/10)	
<b>普及健體運動- 行山樂</b>									
40511212 (KT1022)	4/11	日	9:00-16:00	D4 - 邊陲塘北望神州	6+	40	48	21/9-28/9 (8/10)(30/10)	
<b>騎馬同樂日</b>									
40511233 (KT1025)	4/11	日	15:00-17:00	鯉魚門公園公眾騎術學校	6+	75	24	5/10	
<b>園藝講座-日式花藝工作坊</b>									
40511232 (KT1024)	3/11	六	14:30-16:30	佐敦谷公園	不限	30	30	12/10	
<b>園藝講座-植料介紹及種植技巧分享</b>									
40511231 (KT1023)	18/11	日	10:30-12:30	佐敦谷公園	不限	30	30	12/10	
<b>社區園圃計劃</b>									
40511335 (KT0970)	4/11-3/3 (5/2,6/2,7/2除外)	一,二,三,四, 五,六,日	8:00-18:00	秀明道公園	12+	400	30	21/9-28/9 (8/10)(29/10)	

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。

#### 聽障人士乒乓球訓練班

40511924 (KT1583)	2/11-21/12	五	19:00-21:00	順利村體育館	7+	12	10/9	
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	----	------	--

#### 精神病康復者健體舞訓練計劃

40506935 (KT1541)	5/11-24/12	一	10:00-11:00	振華道體育館	14+	4	2/10	
-------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	------	--

#### 精神病康復者門球同樂日

40506942 (KT1557)	9/11	五	14:00-16:00	佐敦谷遊樂場	8+	10	2/10	
-------------------	------	---	-------------	--------	----	----	------	--

#### 智障人士小型足球訓練計劃

40506809 (KT1535)	6/11-18/12 (13/11,20/11除外)	二	10:00-11:30	藍田配水庫遊樂場硬地場	6+	3	6/11	■
<b>智障人士及肢體傷殘人士旅行</b>								
40506931 (KT1493)	19/11	一	9:00-17:00	香港文物探知館/歌和老街公園	不限	12	2/10	■
<b>智障人士旅行</b>								
40506925 (KT1475)	14/11	三	10:00-16:00	粉嶺,大埔	不限	20	2/10	■
40506933 (KT1534)	7/11	三	9:00-17:00	西貢萬宜水庫東壩,西貢市中心	不限	5	2/10	■
<b>智障人士宿營</b>								
40506923 (KT1473)	2/11-3/11	五,六	14:00-14:00	鯉魚門公園	不限	5	2/10	■
<b>智障人士園藝同樂日</b>								
40506921 (KT1462)	9/11	四	9:30-11:30	佐敦谷公園	不限	6	2/10	■
40506928 (KT1489)	5/11	一	10:00-12:00	佐敦谷公園	不限	3	2/10	■
<b>肢體傷殘人士高爾夫球同樂日</b>								
40506929 (KT1491)	3/11	六	10:00-12:00	順利村體育館	8+	6	2/10	■
<b>肢體傷殘人士日營</b>								
40506930 (KT1492)	25/11	日	9:00-17:00	鯉魚門公園	不限	12	2/10	■
<b>肢體傷殘人士運動攀登同樂日</b>								
40506937 (KT1547)	17/11	六	15:00-17:00	順利村體育館	12+	2	2/10	■
<b>精神病康復者、智障人士及自閉人士中國舞訓練計劃</b>								
40506939 (KT1555)	6/11-27/11	二	11:00-13:00	瑞和街體育館	12+	4	2/10	■
<b>智障人士、自閉症人士及精神病康復者門球訓練計劃</b>								
40506926 (KT1478)	7/11-5/12	三	10:00-11:30	康寧道公園	8+	4	2/10	■
<b>肢體傷殘、智障人士及精神病康復者運動攀登同樂日</b>								
40506922 (KT1471)	10/11	六	10:00-11:00	順利村體育館	12+	3	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
<b>長者游泳訓練班(第一階段)</b>							
40511245 (KT1038)	2/11-23/11	一,三,五	7:00-8:00	觀塘游泳池(室內訓練池)	16	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	■
40511246 (KT1039)	5/11-7/12	一,五	7:00-8:00	藍田游泳池(室內訓練池)	12	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	■
40511247 (KT1040)	5/11-7/12	一,五	8:00-9:00	藍田游泳池(室內訓練池)	12	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	■
<b>長者康體匯敘 - 徒手健體</b>							
40511366 (KT0975)	2/11-30/11 (14/11,28/11)除外	一,三,五	9:30-11:30	藍田(南)體育館	30	2/11-30/11	即場報名
40511367 (KT0976)	2/11-30/11 (12/11,26/11)除外	一,三,五	12:00-14:00	牛頭角道體育館	30	2/11-30/11	即場報名
40511369 (KT0978)	1/11-29/11	二,四,六	9:30-11:30	鯉魚門體育館	25	1/11-29/11	即場報名
40511370 (KT0979)	5/11-26/11	一	14:00-16:00	月華街遊樂場	80	5/11-26/11	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 清晨徒手健體</b>							
40511368 (KT0977)	1/11-30/11	一,二,三, 四,五,六	6:30-8:30	藍田公園(近五人足球場)	50	1/11-30/11	即場報名
<b>長者康體匯敘 - 體適能測試</b>							
40511730 (KT1011)	5/11	一	14:00-16:00	月華街遊樂場	80	5/11	即場報名
<b>長者徒手健體訓練班</b>							
40511371 (KT0993)	5/11-12/12 (12/11,26/11,10/12)除外	一,三,五	14:00-15:00	牛頭角道體育館	30	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	■
40511372 (KT0994)	5/11-12/12 (12/11,26/11,10/12)除外	一,三,五	15:00-16:00	牛頭角道體育館	30	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	■
<b>長者康體匯敘 - 太極</b>							
40511248 (KT1041)	1/11-29/11	二,四	9:30-11:30	曉光街體育館	50	1/11-29/11	即場報名
<b>活力長者計劃 - 乒乓球同樂</b>							
40511307 (KT0147)	1/11-30/11 (5/11,19/11)除外	一,二,三, 四,五	7:00-10:00	振華道體育館	24	1/11-30/11	即場報名
40511308 (KT1048)	2/11-30/11 (5/11,19/11)除外	一,三,五	8:30-11:00	九龍灣體育館	24	2/11-30/11	即場報名
40511309 (KT1049)	1/11-29/11	二,四	8:30-11:30	鯉魚門體育館	24	1/11-29/11	即場報名
40511310 (KT1050)	2/11-30/11	三,五	7:00-10:00	順利邨體育館	24	2/11-30/11	即場報名
<b>活力長者計劃 - 社交舞同樂</b>							
40511238 (KT1031)	6/11-27/11	二	10:00-12:00	順利邨體育館	20	6/11-27/11	即場報名
<b>活力長者計劃 - 羽毛球</b>							
40511342 (KT0958)	1/11-30/11 (5/11,19/11)除外	一,二,三, 四,五	7:00-10:00	振華道體育館	24	1/11-30/11	即場報名
40511344 (KT0959)	1/11-29/11	二,四	8:30-11:00	九龍灣體育館	24	1/11-29/11	即場報名
40511345 (KT0960)	2/11-30/11	三,五	8:00-11:00	鯉魚門體育館	24	2/11-30/11	即場報名
40511346 (KT0961)	1/11-29/11	二,四	7:00-10:00	順利邨體育館	24	1/11-29/11	即場報名

**活力長者計劃 - 高爾夫球**

40511196 (KT1016)	1/11-29/11	二,四	8:00-10:00	順利邨體育館	12	1/11-29/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	------------	------

**長者康體匯敘 - 小型網球**

40511235 (KT1028)	5/11-26/11	一	8:00-10:00	順利村公園	12	5/11-26/11	即場報名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

40511236 (KT1029)	2/11-30/11	三,五	8:00-10:00	坪石遊樂場	12	2/11-30/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	-------	----	------------	------

**長者康體匯敘 - 網球友誼賽**

40511249 (KT1042)	2/11-30/11	三,五	8:30-10:30	順利邨公園	12	2/11-30/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	-------	----	------------	------

**長者康體匯敘 - 乒乓球**

40511306 (KT1046)	2/11-30/11	三,五	9:15-11:45	曉光街體育館	24	2/11-30/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	------------	------

**長者康體匯敘 - 桌球**

40511239 (KT1032)	1/11-29/11	二,四	8:00-10:00	順利邨體育館	16	1/11-29/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	------------	------

**長者室內門球訓練班**

40511195 (KT1015)	22/11-18/12	二,四	9:00-11:00	牛頭角道體育館	30	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	✉
-------------------	-------------	-----	------------	---------	----	-----------------------------	---

**長者康體匯敘 - 門球**

40511736 (KT1012)	1/11-29/11	四	9:00-11:00	康寧道公園(室外門球場)	30	1/11-29/11	即場報名
-------------------	------------	---	------------	--------------	----	------------	------

**長者旅行**

40511364 (KT0973)	7/11	三	9:00-17:00	全新妙法寺、尖鼻咀紅樹林、南生圍生態行	92	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	✉
-------------------	------	---	------------	---------------------	----	-----------------------------	---

40511365 (KT0974)	15/11	四	9:00-17:00	嶺南之風公園、西方寺、圓玄學院	92	21/9-28/9 (8/10) {29/10}	✉
-------------------	-------	---	------------	-----------------	----	-----------------------------	---