

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2019年1月份康樂體育活動一覽表

葵青區

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									
40485996	9/1-20/3 (6/2)除外	三	19:00-21:00	青衣運動場	16+	130	40	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
健體舞訓練班									
40513675	22/1-7/3 (5/2,7/2)除外	二,四	9:00-10:00	長發體育館	14+	65	20	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40513676	22/1-7/3 (5/2,7/2)除外	二,四	10:00-11:00	長發體育館	14+	65	20	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40514834	3/1-14/2 (7/2)除外	一,四	13:00-14:00	林士德體育館	14+	65	16	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40514835	3/1-14/2 (7/2)除外	一,四	14:00-15:00	林士德體育館	14+	65	16	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
爵士舞訓練班									
40486365 (KWT-1370)	13/1-24/3 (3/2)除外	日	10:00-12:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	70	16	7/12	☒ i
八段錦訓練班									
40514837	3/1-19/2 (5/2,7/2)除外	二,四	7:00-8:00	林士德體育館	8+	80	30	4/12	☒ i
兒童舞訓練班									
40484743 (KWT-1364)	12/1-16/3	六	14:00-16:00	青衣西南體育館	4-6	60	20	4/12	☒ i
40513407 (KWT1363)	5/1-16/3 (9/2)除外	六	16:00-18:00	大窩口體育館	4-6	60	20	4/12	☒ i
中國舞訓練班									
40513443	6/1-10/3	日	15:00-17:00	楓樹窩體育館	14+	45	20	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
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。									
40513673	18/1-6/3 (6/2,8/2)除外	三,五	8:00-9:00	長發體育館	15+	75	20	@17/12	☒ i
40513674	18/1-6/3 (6/2,8/2)除外	三,五	9:00-10:00	長發體育館	15+	75	20	@17/12	☒ i
40513677	24/1-12/3 (5/2,7/2)除外	二,四	19:00-20:00	長發體育館	15+	75	20	@17/12	☒ i
40513678	24/1-12/3 (5/2,7/2)除外	二,四	20:00-21:00	長發體育館	15+	75	20	@17/12	☒ i
社交舞訓練班									
40486459 (KWT-1376)	19/1-30/3 (9/2)除外	六	15:00-17:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	86	24	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513408 (KWT1373)	6/1-10/3	日	15:00-17:00	大窩口體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513563	4/1-15/3 (8/2)除外	五	14:00-16:00	青衣體育館	14+	86	30	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513610 (1372)	5/1-9/3	六	19:00-21:00	荔景體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513671	9/1-20/3 (6/2)除外	三	19:00-21:00	長發體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40514857	13/1-17/3	日	19:00-21:00	林士德體育館	14+	86	24	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
簡易太極班									
40486332 (KWT-1377)	22/1-7/3 (5/2,7/2)除外	二,四	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	6+	54	30	7/12	☒ i
西方土風舞訓練班									
40514859	23/1-3/4 (6/2)除外	三	19:00-21:00	林士德體育館	8+	45	20	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
瑜伽訓練班									
40486469 (KWT-1388)	11/1-22/3 (8/2)除外	五	20:00-22:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	85	18	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513403 (KWT1386)	8/1-19/3 (5/2)除外	二	15:00-17:00	大窩口體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513564	9/1-20/3 (6/2)除外	三	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513565	4/1-15/3 (8/2)除外	五	10:00-12:00	青衣體育館	15+	85	30	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513566	4/1-15/3 (8/2)除外	五	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513611 (1379)	3/1-14/3 (7/2)除外	四	19:00-21:00	荔景體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513612 (1382)	5/1-9/3	六	8:00-10:00	荔景體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40513670	8/1-19/3 (5/2)除外	二	19:00-21:00	長發體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40514848	8/1-19/3 (5/2)除外	二	9:00-11:00	林士德體育館	15+	85	16	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
40514849	8/1-19/3 (5/2)除外	二	7:00-9:00	林士德體育館	15+	85	16	21/11-25/11 (6/12){24/12}	☒
正確使用健身室設施簡介會									
40513441	8/1	二	18:00-21:00	楓樹窩體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40513442	8/1	二	19:00-22:00	楓樹窩體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40513613 (1389)	6/1	日	15:00-18:00	荔景體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40513614 (1390)	6/1	日	16:00-19:00	荔景體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
身心伸展訓練班									
40514851	8/1-2/4 (5/2)除外	二	19:00-20:00	林士德體育館	15+	85	16	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
40514852	8/1-2/4 (5/2)除外	二	20:00-21:00	林士德體育館	15+	85	16	22/11-26/11 (10/12){28/12}	☒
成人羽毛球訓練班									
40514863	7/1-11/3	一	19:00-21:00	林士德體育館	18+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒
羽毛球訓練班									
40484686 (KWT-1395)	2/1-13/3 (6/2)除外	三	19:00-21:00	青衣西南體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒
40486348 (KWT-1401)	16/1-27/3 (6/2)除外	三	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒
40513555	8/1-19/3 (5/2)除外	二	19:00-21:00	青衣體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒
40513615 (1399)	9/1-13/2 (6/2)除外	三,五	9:00-11:00	荔景體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒
40513616 (1396)	3/1-14/3 (7/2)除外	四	19:00-21:00	荔景體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	☒

40513672	8/1-14/2 (5/2,7/2)除外	二,四	19:00-21:00	長發體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40514847	5/1-9/3	六	10:00-12:00	林士德體育館	7+	118	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	

BMX(小輪車)同樂日

40487799 (KWT1422)	20/1	日	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	17/12	
--------------------	------	---	-------------	-------------	----	----	----	-------	--

小輪車訓練班

40485986	12/1-19/1	六	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	200	20	3/12	
----------	-----------	---	-------------	-------------	----	-----	----	------	--

室內氣手槍射擊同樂日

40485997	19/1	六	14:00-15:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	20/12	
40485998	19/1	六	15:00-16:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	20/12	

壁球訓練班

40486463 (KWT-1411)	21/1-20/2 (4/2,6/2)除外	一,三	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	160	8	28/12	
40513404 (KWT1409)	2/1-25/1	三,五	19:00-21:00	大窩口體育館	7+	160	8	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513617 (1410)	7/1-30/1	一,三	19:00-21:00	荔景體育館	7+	160	8	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513679	25/1-27/2 (6/2,8/2)除外	三,五	19:00-21:00	長發體育館	7+	160	12	28/12	

乒乓球訓練班

40486467 (KWT-1416)	7/1-18/3 (4/2)除外	一	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	6+	86	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513409 (KWT1414)	6/1-10/3	日	10:00-12:00	大窩口體育館	6+	86	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513440	12/1-16/3	六	16:00-18:00	楓樹窩體育館(無空調)	6+	86	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513618 (1415)	7/1-18/3 (4/2)除外	一	19:00-21:00	荔景體育館	6+	86	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40513667	4/1-13/2 (6/2,8/2)除外	三,五	19:00-21:00	長發體育館	6+	86	24	19/11-23/11 (3/12){19/12}	

室內網球訓練班

40486430 (KWT-1408)	30/1-8/3 (6/2,8/2)除外	三,五	17:00-19:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	170	6	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
---------------------	----------------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	---------------------------	--

網球訓練班

40488384	7/1-11/2	一,四	9:00-11:00	葵盛遊樂場	8+	170	18	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40514305 (1419)	11/1-20/2 (6/2,8/2)除外	三,五	9:00-11:00	青衣公園	8+	170	18	19/11-23/11 (3/12){19/12}	

高爾夫球同樂日

40487797 (KWT1424)	13/1	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	30	17/12	
40487798 (KWT1425)	20/1	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	30	17/12	

高爾夫球短距離球訓練班

40487795 (KWT1404)	15/1-29/1	二	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
--------------------	-----------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	--

高爾夫球訓練班(第一階段)

40487793 (KWT1405)	13/1-27/1	日	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
40487796 (KWT1406)	15/1-29/1	二	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	19/11-23/11 (3/12){19/12}	

高爾夫球訓練班(第二階段)

40487794 (KWT1407)	13/1-27/1	日	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
--------------------	-----------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	--

圍棋訓練班(第二階段)

40514855	12/1-16/2	六	13:30-15:30	林士德體育館	11+	40	20	19/11-23/11 (3/12){19/12}	
----------	-----------	---	-------------	--------	-----	----	----	---------------------------	--

板球同樂日

40488336	19/1	六	13:30-16:30	和宜合道運動場	6+	免費	10	20/12	
----------	------	---	-------------	---------	----	----	----	-------	--

葵青區門球比賽2018

40487829	19/1	六	9:00-14:00	青衣運動場	8+	100	12	15/11-22/11 (29/11){18/12}	
----------	------	---	------------	-------	----	-----	----	----------------------------	--

普及健體運動-行山樂

40497983 (KWT1426)	27/1	日	9:00-17:00	B8路線 叁坳連走風光好	6+	40	48	22/11-26/11 (10/12){28/12}	
--------------------	------	---	------------	--------------	----	----	----	----------------------------	--

運動攀登同樂日

40484777 (KWT-1427)	12/1	六	13:00-14:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	20/12	
40484778 (KWT-1428)	12/1	六	14:30-16:00	青衣西南體育館	12+	免費	24	20/12	
40517769 (KWT-1475)	12/1	六	16:00-17:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	20/12	

園藝講座-水仙球切割

40514853	12/1	六	13:00-15:00	林士德體育館	不限	30	30	22/11-26/11 (10/12){28/12}	
----------	------	---	-------------	--------	----	----	----	----------------------------	--

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。

精神病康復者乒乓球訓練計劃

40497957 (KWT1467)	4/1-25/1	五	14:00-16:00	林士德體育館	7+	2	3/12	
--------------------	----------	---	-------------	--------	----	---	------	--

殘疾人士旅行

40513793 (KWT1470)	26/1	六	9:00-17:00	維多利亞公園	不限	10	3/12	
--------------------	------	---	------------	--------	----	----	------	--

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。

40513410 (KWT1429)	2/1-27/3 (6/2)除外	三	13:00-14:00	大窩口體育館	20	@22/11-26/11 (10/12) {28/12}	✉
40513411 (KWT1430)	2/1-27/3 (6/2)除外	三	14:00-15:00	大窩口體育館	20	@22/11-26/11 (10/12) {28/12}	✉

活力長者計劃-乒乓球自習

40486415 (KWT-1462)	3/1-31/1	四	13:30-14:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	13/12	🖨️ <i>i</i>
40486416 (KWT-1463)	3/1-31/1	四	14:30-15:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513438	2/1-30/1	三	9:00-10:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513439	2/1-30/1	三	10:00-11:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513622 (1458)	7/1-28/1	一	7:00-8:00	荔景體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513623 (1459)	7/1-28/1	一	8:00-9:00	荔景體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513668	7/1-28/1	一	13:00-14:00	長發體育館	36	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513669	7/1-28/1	一	14:00-15:00	長發體育館	36	13/12	🖨️ <i>i</i>
40514840	4/1-25/1	五	8:00-9:00	林士德體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40514842	4/1-25/1	五	9:00-10:00	林士德體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513561	7/1-28/1	一	7:00-8:00	青衣體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>
40513562	7/1-28/1	一	8:00-9:00	青衣體育館	24	13/12	🖨️ <i>i</i>

活力長者計劃-健體同樂

40513405 (KWT1442)	3/1-31/1	四	9:00-10:00	大窩口體育館	25	22/11-26/11 (10/12) {28/12}	✉
40513406 (KWT1443)	3/1-31/1	四	10:00-11:00	大窩口體育館	25	22/11-26/11 (10/12) {28/12}	✉
40513619 (1441)	3/1-31/1	四	8:00-9:00	荔景體育館	25	12/12	🖨️ <i>i</i>
40513620 (1444)	7/1-28/1	一	7:00-8:00	荔景體育館	25	12/12	🖨️ <i>i</i>
40486450 (KWT-1439)	2/1-30/1	三	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	12/12	🖨️ <i>i</i>
40486451 (KWT-1440)	2/1-30/1	三	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	12/12	🖨️ <i>i</i>
40513559	7/1-28/1	一	8:00-9:00	青衣體育館	20	12/12	🖨️ <i>i</i>
40513560	7/1-28/1	一	9:00-10:00	青衣體育館	20	12/12	🖨️ <i>i</i>

活力長者計劃-器械健體同樂

40513621 (1447)	7/1-28/1	一	8:00-9:00	荔景體育館	20	5/12	🖨️ <i>i</i>
-----------------	----------	---	-----------	-------	----	------	-------------

活力長者計劃-羽毛球自習

40484762 (KWT-1435)	8/1-29/1	二	7:00-8:00	青衣西南體育館	20	14/12	🖨️ <i>i</i>
40484763 (KWT-1436)	8/1-29/1	二	8:00-9:00	青衣西南體育館	20	14/12	🖨️ <i>i</i>
40513665	3/1-31/1	四	13:00-14:00	長發體育館	24	14/12	🖨️ <i>i</i>
40513666	3/1-31/1	四	14:00-15:00	長發體育館	24	14/12	🖨️ <i>i</i>
40513557	9/1-30/1	三	7:00-8:00	青衣體育館	20	14/12	🖨️ <i>i</i>
40513558	9/1-30/1	三	8:00-9:00	青衣體育館	20	14/12	🖨️ <i>i</i>

活力長者計劃-門球自習

40513412 (KWT1450)	7/1-28/1	一	7:00-8:00	大窩口體育館	20	11/12	🖨️ <i>i</i>
40513413 (KWT1451)	7/1-28/1	一	8:00-9:00	大窩口體育館	20	11/12	🖨️ <i>i</i>
40514831	2/1-30/1	三	7:00-8:00	林士德體育館	20	11/12	🖨️ <i>i</i>
40514832	2/1-30/1	三	8:00-9:00	林士德體育館	20	11/12	🖨️ <i>i</i>