

**康樂及文化事務署**  
**社區康樂活動**  
**2019年3月份康樂體育活動一覽表**

**屯門區**





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

**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。

40496183	5/3-11/4	二,四	19:00-20:00	友愛體育館	15+	75	20	@12/2	 
40496184	5/3-11/4	二,四	20:00-21:00	友愛體育館	15+	75	20	@12/2	 


**正確使用健身室設施簡介會**

40492899	16/3	六	17:00-20:00	大興體育館	15+	免費	20	1/2	 
40492947	10/3	日	14:00-17:00	良田體育館	15+	免費	20	1/2	 
40493857	5/3	二	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	1/2	 
40493859	18/3	一	19:00-22:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	15+	免費	20	30/1-8/2 (14/2){4/3}	
40496182	2/3	六	15:00-18:00	友愛體育館	15+	免費	20	1/2	 

**中國象棋同樂日**

40493639	3/3	日	14:00-17:00	屯門公園露天劇場	不限	免費	40	3/3	即場報名
----------	-----	---	-------------	----------	----	----	----	-----	------

**成人草地滾球訓練班**

40521031	5/3-28/3	二,四	20:00-22:00	湖山草地滾球場	20+	54	8	30/1-8/2 (14/2){4/3}	
----------	----------	-----	-------------	---------	-----	----	---	----------------------	---

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 (詳情請參閱報名須知內的報名方式)**

殘疾人士可於任何分區康樂事務辦事處或設有康體通服務的康體場地，或以郵遞報名。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「活動參加證」，並須於出席活動時出示該證。

**智障人士及精神病康復者草地滾球同樂日**

40496307	9/3	六	10:00-12:00	湖山草地滾球場	8+	3	25/1	
----------	-----	---	-------------	---------	----	---	------	---

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。

40492900	14/3-9/4	二,四,六	14:00-15:00	大興體育館	20	@30/1-8/2 (14/2){4/3}	
40492901	14/3-9/4	二,四,六	15:00-16:00	大興體育館	20	@30/1-8/2 (14/2){4/3}	



**長者社交舞同樂日**

40496187	22/3	五	10:00-11:00	友愛體育館	20	14/2	
40496188	22/3	五	11:00-12:00	友愛體育館	20	14/2	

**活力長者計劃-乒乓球同樂**

40496189	4/3-25/3	一	9:00-10:00	友愛體育館	20	12/2	 
40496190	4/3-25/3	一	10:00-11:00	友愛體育館	20	12/2	 

**活力長者計劃-健體操同樂**

40493545	7/3-28/3	四	8:00-10:00	良田體育館	30	30/1-8/2 (14/2){4/3}	
40496191	6/3-27/3	三	9:00-11:00	友愛體育館	30	30/1-8/2 (14/2){4/3}	

**活力長者計劃-棋乒樂無窮**

40493858	7/3-28/3	四	11:00-13:00	賽馬會屯門蝴蝶灣體育館	30	7/3-28/3	即場報名
----------	----------	---	-------------	-------------	----	----------	------

**活力長者計劃-羽毛球自習計劃**

40493533	4/3-25/3	一	9:00-10:00	良田體育館	20	4/3-25/3	即場報名
40493535	4/3-25/3	一	10:00-11:00	良田體育館	20	4/3-25/3	即場報名






**活力長者計劃-草地滾球同樂**

40496277	7/3-28/3	四	9:00-11:00	湖山草地滾球場	16	7/3-28/3	即場報名
----------	----------	---	------------	---------	----	----------	------

**活力長者計劃-草地滾球自習計劃**

40496275	6/3-27/3	三	9:00-10:00	湖山草地滾球場	24	6/3-27/3	即場報名
40496276	6/3-27/3	三	10:00-11:00	湖山草地滾球場	24	6/3-27/3	即場報名

**活力長者計劃-門球同樂**

40492902	6/3-27/3	三	7:00-8:00	大興體育館	20	11/2	 <i>i</i>
40492903	6/3-27/3	三	8:00-9:00	大興體育館	20	11/2	 <i>i</i>
40496185	7/3-28/3	四	7:00-8:00	友愛體育館	20	13/2	 <i>i</i>
40496186	7/3-28/3	四	8:00-9:00	友愛體育館	20	13/2	 <i>i</i>
長者門球訓練班							
40493693	1/3-3/5 (5/4,19/4)除外	五	8:00-10:00	新和里遊樂場	15	4/2	 <i>i</i>