





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

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

健體舞訓練班

40517484 (YL1562-18)	12/3-18/4	二,四	8:00-9:00	朗屏體育館	14+	65	30	11/2	 
40517485 (YL1563-18)	12/3-18/4	二,四	9:00-10:00	朗屏體育館	14+	65	30	11/2	 

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。

40517488 (YL1553-18)	7/3-16/4	二,四	20:00-21:00	朗屏體育館	15+	75	20	@28/1	 
40517489 (YL1554-18)	7/3-16/4	二,四	21:00-22:00	朗屏體育館	15+	75	20	@28/1	 
40517490 (YL1558-18)	8/3-26/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,五	19:00-20:00	朗屏體育館	15+	75	20	@8/2	 
40517491 (YL1559-18)	8/3-26/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,五	20:00-21:00	朗屏體育館	15+	75	20	@8/2	 

水中健體訓練班

40489201 (YL1338-18)	5/3-18/4	二,四	9:00-10:00	屏山天水圍游泳池	14+	80	24	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
----------------------	----------	-----	------------	----------	-----	----	----	-----------------------	---

太極訓練班

40514867 (YL1570-18)	20/3-24/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6)	一,三,五	7:15-8:15	嘉湖山莊鄉村俱樂部外空地	6+	60	40	19/2	 
40514868 (YL1571-18)	20/3-24/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6)	一,三,五	6:00-7:00	攸潭潭籃球場	6+	60	40	19/2	 
40514871 (YL1572-18)	20/3-24/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6)	一,三,五	6:45-7:45	新田(停裕學校)	6+	60	40	19/2	 
40517781 (YL1579-18)	29/3-2/8 (5,19,22/4,1,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	鳳琴街體育館	6+	60	40	28/2	 
40517784 (YL1573-18)	22/3-26/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	7:00-8:00	錦繡花園(市中心)	6+	60	40	21/2	 
40517785 (YL1574-18)	22/3-26/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	7:00-8:00	元朗賽馬會廣場	6+	60	40	21/2	 
40517786 (YL1575-18)	22/3-26/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	7:00-8:00	朗屏邨(房屋署前籃球場)	6+	60	40	21/2	 
40517787 (YL1576-18)	22/3-26/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	7:30-8:30	橫台山遊樂場	6+	60	40	14/2	 
40517788 (YL1580-18)	29/3-2/8 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,	一,三,五	18:30-19:30	元朗賽馬會廣場	6+	60	40	28/2	 
40517789 (YL1581-18)	29/3-2/8 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	18:30-19:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	28/2	 
40519542 (YL1552-18)	6/3-10/7 (5,19,22/4,1,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	20:30-21:30	天水圍運動場	6+	60	40	29/1	 



太極劍訓練班

40517790 (YL1577-18)	22/3-26/7 (5/4,19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,	一,三,五	6:30-7:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	14/2	 
----------------------	---	-------	-----------	---------	----	----	----	------	---

正確使用健身室設施簡介會

40514931 (YL1560-18)	10/3 (FIS:16/3,10am-12nn)	日	15:00-18:00	朗屏體育館	15+	免費	25	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
40517543 (YL1567-18)	16/3	六	14:00-17:00	元朗體育館	15+	免費	25	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
40517777 (YL1569-18)	17/3	日	9:00-12:00	天水圍體育館	15+	免費	25	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
40517792 (YL1568-18)	17/3	日	15:00-18:00	天暉路體育館	15+	免費	25	22/1-28/1 (8/2){26/2}	



健步行簡介會

40514836 (YL1539-18)	3/3	日	10:00-12:00	天水圍公園(棕欄圍集合)	6+	免費	40	1/2	 
----------------------	-----	---	-------------	--------------	----	----	----	-----	---

壁球訓練班

40514925 (YL1545-18)	5/3-28/3	二,四	19:30-21:30	大橋街市壁球場	7+	160	8	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
40517524 (YL1536-18)	5/3-28/3	二,四	21:00-23:00	天水圍體育館	7+	160	12	1/2	 

網球訓練班

40519547 (YL1365-18)	2/3-11/5	六	16:00-18:00	天水圍公園	8+	170	12	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
40519548 (YL1578-18)	25/3-29/4	六	19:00-21:00	天水圍公園	8+	170	12	22/1-28/1 (8/2){26/2}	

普及健體運動 - 行山樂

40517775 (YL1541-18)	3/3	日	9:00-17:00	川龍尋蝶到城門	6+	40	48	22/1-28/1 (8/2){26/2}	
----------------------	-----	---	------------	---------	----	----	----	-----------------------	---




























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。

肢體傷殘人士康樂旅行								
40515831 (YL-1695-18)	9/3	六	9:00-17:00	東涌	不限	12	17/1	
學前特殊需要兒童康樂日營								
40515157 (YL1561-18)	10/3	日	9:00-17:00	西貢戶外康樂中心	不限	10	17/1	
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	
長者水中健體訓練班								
40489282 (YL1547-18)	5/3-18/4	二,四	10:00-11:00	屏山天水圍游泳池	24	22/1-28/1 (8/2){26/2}		
活力長者同樂日 - 鳳琴街體育館								
40521592 (YL1699-18)	9/3	六	9:00-13:00	鳳琴街體育館	500	31/1	即場報名	
活力長者計劃 - 乒乓球同樂								
40517517 (YL1529-18)	8/3-29/3	五	9:00-10:00	天水圍體育館	30	1/2	 	
40517778 (YL1543-18)	4/3-25/3	一	9:00-10:00	屏山天水圍體育館	30	29/1	 	
40517791 (YL1544-18)	4/3-25/3	一	10:00-11:00	屏山天水圍體育館	30	29/1	 	
40519544 (YL1556-18)	8/3-29/3	五	9:00-10:00	元朗體育館	18	30/1	 	
40519545 (YL1557-18)	8/3-29/3	五	10:00-11:00	元朗體育館	18	30/1	 	
活力長者計劃 - 健體同樂								
40517783 (YL1550-18)	6/3-27/3	三	14:00-15:00	朗屏體育館	30	30/1	 	
活力長者計劃 - 八段錦同樂								
40514903 (YL1549-18)	6/3-27/3	三	9:00-10:00	鳳琴街體育館	30	28/1	 	
活力長者計劃 - 社交舞同樂								
40517782 (YL1551-18)	6/3-27/3	三	15:00-16:00	朗屏體育館	30	30/1	 	
活力長者計劃 - 羽毛球同樂								
40514909 (YL1548-18)	6/3-27/3	三	10:00-11:00	鳳琴街體育館	30	28/1	 	
40517780 (YL1528-19)	8/3-29/3	五	10:00-11:00	天水圍體育館	30	1/2	 	
活力長者計劃 - 門球同樂								
40517773 (YL1542-18)	4/3-18/3	一,四	7:00-9:00	元朗公園	20	29/1	 	
40519546 (YL1555-18)	8/3-22/3	三、五	7:00-9:00	天水圍公園	20	31/1	 	
長者陸上暢遊*								
40514861 (YL1564-18)	14/3	四	9:00-17:00	烏溪沙、彭福公園、雲泉仙館	48	22/1-28/1 (8/2){26/2}	