





























康樂及文化事務署
社區康樂活動
2019年5月份康樂體育活動一覽表

西貢區


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
拯溺銅章訓練班									
40527564 (SK 0255)	22/5-5/7 (7/6,1/7)除外	一,三,五	19:30-21:30	西貢游泳池 - 主池	13+	108	24	10/4	 
健體舞訓練班									
40527683 (SK 0223)	16/5-15/6 (21/5,4/6)除外	二,四,六	9:00-10:00	將軍澳體育館	14+	65	20	12/4	 
40527684 (SK 0224)	16/5-15/6 (21/5,4/6)除外	二,四,六	10:00-11:00	將軍澳體育館	14+	65	20	12/4	 
40527685 (SK 0225)	16/5-15/6 (21/5,4/6)除外	二,四,六	11:00-12:00	將軍澳體育館	14+	65	20	12/4	 
40527686 (SK 0226)	16/5-11/6	二,四,六	9:00-10:00	翠林體育館	14+	65	20	10/4	 
40527687 (SK 0227)	16/5-11/6	二,四,六	10:00-11:00	翠林體育館	14+	65	20	10/4	 
40527688 (SK 0228)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	9:00-10:00	寶林體育館	14+	65	24	18/4	 
40527689 (SK 0229)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	10:00-11:00	寶林體育館	14+	65	24	18/4	 
40527751 (SK 0252)	31/5-12/7 (7/6)除外	三,五	13:00-14:00	西貢壁球場	14+	65	12	25/4	 
40527752 (SK 0253)	31/5-12/7 (7/6)除外	三,五	14:00-15:00	西貢壁球場	14+	65	12	25/4	 
40527756 (SK 0257)	20/5-17/6 (7/6)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港單車館	14+	65	24	16/4	 
40527757 (SK 0258)	20/5-17/6 (7/6)除外	一,三,五	15:00-16:00	香港單車館	14+	65	24	16/4	 
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。									
40527691 (SK 0231)	16/5-11/6	二,四,六	9:00-10:00	寶林體育館	15+	75	20	@ 11/4	 
40527692 (SK 0232)	16/5-11/6	二,四,六	10:00-11:00	寶林體育館	15+	75	20	@ 11/4	 
舞蹈同樂日 (社交舞)									
40527699 (SK 0239)	25/5	六	9:00-12:00	坑口體育館	14+	免費	80	23/4	 
正確使用健身室設施簡介會									
40527693 (SK 0233)	14/5	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527694 (SK 0234)	14/5	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527695 (SK 0235)	28/5	二	13:00-16:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527696 (SK 0236)	28/5	二	14:00-17:00	將軍澳體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527697 (SK 0237)	7/5	二	19:00-22:00	坑口體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527698 (SK 0238)	7/5	二	20:00-23:00	坑口體育館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527758 (SK 0259)	16/5	四	19:00-22:00	香港單車館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527759 (SK 0260)	16/5	四	20:00-23:00	香港單車館	15+	免費	25	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
羽毛球訓練班									
40527690 (SK 0230)	23/5-24/6	一,四	19:00-21:00	將軍澳體育館	7+	118	24	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
場地單車體驗日									
40527767 (SK 0268)	11/5	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	8/4	 
40527768 (SK 0269)	25/5	六	9:30-12:30	香港單車館	11+	免費	20	8/4	 
小輪車同樂日									
40527770 (SK 0271)	5/5	日	14:30-17:30	香港賽馬會國際小輪車場	8+	免費	50	4/4	 
場地單車訓練班 (第二階段)									
40526031 (SK 192)	28/5	二	18:00-22:00	香港單車館	11+	140	20	18/4	 
場地單車訓練班 (第三階段)									
40526042 (SK 202)	9/5	四	18:00-22:00	香港單車館	11+	140	20	4/4	 
草地滾球訓練班									
40527769 (SK 0270)	2/5-28/5	二,四	20:00-22:00	坑口文曲里公園	8+	54	8	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
小型網球訓練班									
40527700 (SK 0240)	18/5-20/7	六	9:00-11:00	寶林體育館(非備冷氣)	6-12	70	12	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
壁球訓練班									
40527701 (SK 0241)	17/5-14/6 (7/6 除外)	三,五	19:00-21:00	寶林體育館	7+	160	8	15/4	 
40527755 (SK 0256)	7/5-30/5	二,四	19:00-21:00	西貢壁球場	7+	160	8	4/4	 
兒童乒乓球訓練班									
40527702 (SK 0242)	5/5-14/7 (12/5)除外	日	9:00-11:00	調景嶺體育館	6-13	86	18	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
網球訓練班									
40527784 (SK 0285)	16/5-18/6	二,四	17:00-19:00	寶翠公園	8+	170	18	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527785 (SK 0286)	20/5-20/6	一,四	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527786 (SK 0287)	22/5-24/6	一,三	9:00-11:00	寶翠公園	8+	170	18	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
40527787 (SK 0288)	24/5-28/6 (7/6)除外	二,五	19:00-21:00	寶翠公園	8+	170	18	20/3-26/3 (3/4){3/5}	

40527788 (SK 0289)	6/5-29/5 (13/5)除外	一,三,五	15:00-17:00	寶翠公園	8+	170	18	2/4	 
--------------------	-------------------	-------	-------------	------	----	-----	----	-----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------


西貢區籃球比賽2019 (女子組)*

40527782 (QSK 0283)	19/5-9/6	日	9:00-18:00	將軍澳體育館	14+	60	32	18/3-24/3 (2/4){29/4}	
---------------------	----------	---	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------


西貢區籃球比賽2019 (男子組)*

40527783 (QSK 0284)	19/5-9/6	日	9:00-18:00	將軍澳體育館	14+	60	32	18/3-24/3 (2/4){29/4}	
---------------------	----------	---	------------	--------	-----	----	----	-----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------


手球訓練班

40527771 (SK 0272)	18/5-20/7	六	15:00-17:00	將軍澳體育館	11-17	45	20	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
--------------------	-----------	---	-------------	--------	-------	----	----	----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------



西貢區獨木舟訓練班(一星級)

40527790 (SK 0291)	19/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	14+	30	8	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
--------------------	------	---	------------	----------	-----	----	---	-----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

家庭日營



40527753 (SK 0254)	19/5	日	9:00-17:00	鯉魚門公園	不限	60	48	10/4	
--------------------	------	---	------------	-------	----	----	----	------	-------------------------------------------------------------------------------------

運動攀登同樂日

40527703 (SK 0243)	11/5	六	15:30-17:00	調景嶺體育館	12+	免費	24	2/4	 
--------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	----	-----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

40527704 (SK 0244)	11/5	六	17:00-18:30	調景嶺體育館	12+	免費	24	2/4	 
--------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	----	-----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------


西貢區初級龍舟訓練班

40527789 (SK 0290)	19/5	日	9:00-17:00	創興水上活動中心	12+	90	10	17/4	 
--------------------	------	---	------------	----------	-----	----	----	------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

社區園圃計劃(園圃編號2-39號)

40527773 (SK 0274)	19/5-15/9	日	9:00-12:00	毓雅里社區園圃	12+	400	38	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
--------------------	-----------	---	------------	---------	-----	-----	----	----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

社區園圃計劃(園圃編號40-77號)

40527774 (SK 0275)	19/5-15/9	日	14:00-17:00	毓雅里社區園圃	12+	400	38	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
--------------------	-----------	---	-------------	---------	-----	-----	----	----------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

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。

長期病患人士日營


40527776 (SK 0277)	4/5	六	10:30-16:30	西貢戶外康樂中心	不限	6	25/3	
--------------------	-----	---	-------------	----------	----	---	------	---------------------------------------------------------------------------------------

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


長者八段錦訓練班

40527668 (SK 0208)	11/5-6/6	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德澤樓側球場	30	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527669 (SK 0209)	11/5-6/6	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕樓側球場	30	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527670 (SK 0210)	11/5-6/6	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨譚輝烈紀念劇場	30	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
40527671 (SK 0211)	11/5-6/6	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商場平台花園	30	20/3-26/3 (3/4){30/4}	

康體匯敘 - 長者徒手健體操

40527772 (SK 0273)	17/5-14/6 (7/6)除外	五	8:00-10:00	翠林體育館	20	20/3-26/3 (3/4){3/5}	
--------------------	----------------------	---	------------	-------	----	----------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

長者徒手健體訓練班

40527706 (SK 0245)	14/5-20/6 (21/5,4/6,18/6)除外	二,四,六	8:00-9:00	將軍澳體育館	20	20/3-26/3 (3/4){30/4}	
--------------------	--------------------------------	-------	-----------	--------	----	-----------------------	---------------------------------------------------------------------------------------











康體匯敘 - 太極

40527673 (SK 213)	2/5-30/5	四	7:00-8:00	康盛花園平台花園	35	2/5-30/5	即場報名
40527674 (SK 214)	2/5-30/5	四	7:00-8:00	將軍澳游泳池對出空地	35	2/5-30/5	即場報名
40527675 (SK 0215)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	坑口文曲里公園	35	8/5-29/5	即場報名
40527676 (SK 0216)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	厚德邨德澤樓側球場	35	8/5-29/5	即場報名
40527677 (SK 0217)	8/5-29/5	三	19:30-20:30	厚德邨德澤樓側球場	20	8/5-29/5	即場報名
40527678 (SK 0218)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	明德邨商場上蓋籃球場	35	8/5-29/5	即場報名
40527679 (SK 0219)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	寶翠公園硬地足球場	35	8/5-29/5	即場報名
40527680 (SK 0220)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	尚德邨譚輝烈紀念劇場	20	8/5-29/5	即場報名
40527681 (SK 0221)	8/5-29/5	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	8/5-29/5	即場報名



康體匯敘 - 太極劍

40527672 (SK 0212)	2/5-30/5	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二號停車場平台	35	2/5-30/5	即場報名
--------------------	----------	---	-----------	---------------	----	----------	------

活力長者計劃-乒乓球自習

40527711 (SK 0247)	8/5-29/5	三	8:00-9:00	翠林體育館	8	4/4	 
40527714 (SK 0248)	3/5-31/5	五	8:00-9:00	翠林體育館	8	1/4	 
40527715 (SK 0249)	2/5-30/5	四	7:00-8:00	坑口體育館	12	27/3	 
40527717 (SK 0250)	2/5-30/5	四	8:00-9:00	坑口體育館	12	27/3	 
40527719 (SK 0251)	2/5-30/5	四	9:00-10:00	坑口體育館	12	27/3	 

活力長者計劃-羽毛球自習

40527709 (SK 0246)	2/5-30/5	四	8:00-10:00	將軍澳體育館	20	1/4	 
--------------------	----------	---	------------	--------	----	-----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------