

**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**

**灣仔區**

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>第一階段成人捷泳訓練班</b>									
40527146 (WC201)	3/5-27/5 (13/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	維多利亞公園游泳池	18+	100	16	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第一階段青年及成人捷泳訓練班</b>									
40527142 (WC198)	2/5-23/5	二,四,五	19:00-20:00	維多利亞公園游泳池	13+	100	16	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第一階段青年及成人胸泳訓練班</b>									
40527140 (WC197)	2/5-23/5	二,四,五	19:00-20:00	維多利亞公園游泳池	13+	100	16	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第二階段成人捷泳訓練班</b>									
40527145 (WC200)	2/5-23/5	二,四,五	20:00-21:00	維多利亞公園游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第二階段成人胸泳訓練班</b>									
40527144 (WC199)	2/5-23/5	二,四,五	20:00-21:00	維多利亞公園游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第三階段成人捷泳訓練班</b>									
40527106 (WC188)	7/5-6/6	二,四	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>第三階段成人胸泳訓練班</b>									
40527102 (WC187)	20/5-19/6	一,三	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>背泳訓練班</b>									
40527108 (WC189)	7/5-6/6	二,四	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>蝶泳訓練班</b>									
40527099 (WC186)	20/5-19/6	一,三	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>健體舞訓練班</b>									
40527065 (WC122)	27/5-8/7 (1/7)除外	一,三	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	18/4	✉ i
40527066 (WC123)	27/5-8/7 (1/7)除外	一,三	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	18/4	✉ i
40527067 (WC124)	23/5-2/7	二,四	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	17/4	✉ i
40527068 (WC125)	23/5-2/7	二,四	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	17/4	✉ i
40527090 (WC143)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	9:00-10:00	駱克道體育館	14+	65	30	18/4	✉ i
40527091 (WC144)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	10:00-11:00	駱克道體育館	14+	65	30	18/4	✉ i
40527092 (WC145)	17/5-14/6 (7/6)除外	一,三,五	18:00-19:00	駱克道體育館	14+	65	30	18/4	✉ i
40527094 (WC146)	17/5-14/6 (7/6)除外	一,三,五	19:00-20:00	駱克道體育館	14+	65	30	18/4	✉ i
<b>徒手健體訓練班</b>									
40527130 (WC167)	21/5-20/6	二,四,六	11:00-12:00	駱克道體育館	14+	80	30	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<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。									
40527114 (WC155)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	7:00-8:00	駱克道體育館	15+	75	20	@24/4	✉ i
40527115 (WC156)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	8:00-9:00	駱克道體育館	15+	75	20	@24/4	✉ i
40527117 (WC157)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	9:00-10:00	駱克道體育館	15+	75	20	@24/4	✉ i
40527118 (WC158)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	10:00-11:00	駱克道體育館	15+	75	20	@24/4	✉ i
40527119 (WC159)	22/5-19/6 (7/6)除外	一,三,五	15:00-16:00	駱克道體育館	15+	75	20	@17/4	✉ i
40527120 (WC160)	22/5-19/6 (7/6)除外	一,三,五	16:00-17:00	駱克道體育館	15+	75	20	@17/4	✉ i
40527121 (WC161)	22/5-19/6 (7/6)除外	一,三,五	17:00-18:00	駱克道體育館	15+	75	20	@17/4	✉ i
40527123 (WC162)	23/5-2/7	二,四	18:00-19:00	駱克道體育館	15+	75	20	@16/4	✉ i
40527125 (WC163)	23/5-2/7	二,四	19:00-20:00	駱克道體育館	15+	75	20	@16/4	✉ i
40527126 (WC164)	23/5-2/7	二,四	20:00-21:00	駱克道體育館	15+	75	20	@16/4	✉ i
40527127 (WC165)	23/5-2/7	二,四	21:00-22:00	駱克道體育館	15+	75	20	@16/4	✉ i
<b>普及體操訓練班</b>									
40527061 (WC121)	14/5-13/6	二,四	14:00-16:00	港灣道體育館	6+	54	20	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>社交舞訓練班</b>									
40527074 (WC178)	20/5-20/6	一,四	15:00-17:00	黃泥涌體育館	14+	86	24	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
40527077 (WC179)	24/5-28/6 (7/6)除外	二,五	19:00-21:00	黃泥涌體育館	14+	86	24	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
40527133 (WC170)	23/5-25/6	二,四	20:00-22:00	駱克道體育館	14+	86	30	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉
<b>太極訓練班</b>									
40527149 (WC204)	20/5-11/9 (7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	勵德邨鄧榮樓天台	6+	60	40	25/4	✉ i
40527151 (WC206)	15/5-6/9 (7/6,1/7)除外	一,三,五	7:30-8:30	灣仔公園	6+	60	60	25/4	✉ i
<b>瑜伽訓練班</b>									
40527095 (WC185)	29/5-3/7 (7/6)除外	三,五	14:00-16:00	黃泥涌體育館	15+	85	25	18/3-24/3 (1/4)(23/4)	✉

40527134 (WC171)	8/5-31/5 (13/5)除外	一,三,五	14:00-16:00	駱克道體育館	15+	85	40	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
------------------	-------------------	-------	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	--

### 正確使用健身室設施簡介會

40527103 (WC150)	5/5	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	25	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527104 (WC151)	11/5	六	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	25	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527105 (WC152)	19/5	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	25	18/3-24/3 (1/4){23/4}	

### 親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40527086 (WC140)	19/5	日	10:00-11:00	港灣道體育館	7+	免費	24	20/4	
40527087 (WC141)	19/5	日	11:00-12:00	港灣道體育館	7+	免費	24	20/4	
40527089 (WC142)	19/5	日	12:00-13:00	港灣道體育館	7+	免費	24	20/4	

### 響應第62屆體育節-親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40527131 (WC168)	26/5	日	10:00-11:00	駱克道體育館	7+	免費	18	20/4	
40527132 (WC169)	26/5	日	11:00-12:00	駱克道體育館	7+	免費	18	20/4	

### 羽毛球訓練班

40527062 (WC126)	29/5-3/7 (7/6)除外	三,五	7:00-9:00	港灣道體育館	7+	118	24	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527063 (WC127)	29/5-3/7 (7/6)除外	三,五	18:00-20:00	港灣道體育館	7+	118	24	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527096 (WC147)	22/5-24/6	一,三	14:00-16:00	駱克道體育館	7+	118	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527098 (WC148)	14/5-13/6	二,四	9:00-11:00	駱克道體育館	7+	118	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527100 (WC149)	14/5-13/6	二,四	18:00-20:00	駱克道體育館	7+	118	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527136 (WC173)	21/5-25/6 (7/6)除外	二,五	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7+	118	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527137 (WC174)	20/5-20/6	一,四	19:00-21:00	黃泥涌體育館	7+	118	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	

### 成人室內短整滾球訓練班

40527082 (WC181)	4/5-22/6	六	9:00-11:00	黃泥涌體育館	18+	54	8	15/4	
------------------	----------	---	------------	--------	-----	----	---	------	--

### 草地滾球訓練班

40527128 (WC195)	21/5-18/6 (7/6)除外	二,五	19:00-21:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527138 (WC196)	21/5-18/6 (7/6)除外	二,五	19:00-21:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	18/3-24/3 (1/4){23/4}	

### 壁球訓練班

40527088 (WC183)	5/5-23/6	日	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7+	160	8	15/4	
------------------	----------	---	------------	--------	----	-----	---	------	--

### 乒乓球訓練班

40527093 (WC184)	14/5-13/6	二,四	17:00-19:00	黃泥涌體育館	6+	86	18	15/4	
------------------	-----------	-----	-------------	--------	----	----	----	------	--

### 網球訓練班

40527111 (WC210)	29/5-3/7 (7/6)除外	三,五	9:00-11:00	香港網球中心	8+	170	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527113 (WC211)	31/5-5/7 (7/6)除外	三,五	19:00-21:00	香港網球中心	8+	170	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527116 (WC192)	20/5-20/6	一,四	19:00-21:00	香港網球中心	8+	170	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527124 (WC194)	14/5-13/6	二,四	7:00-9:00	維多利亞公園網球場	8+	170	18	18/3-24/3 (1/4){23/4}	

### 外展體能活動

40527152 (WC207)	2/5-30/5	二,四	9:30-11:30	太和街遊樂場	不限	免費	450	2/5-30/5	即場報名
40527154 (WC209)	5/5-26/5	日	9:30-11:30	電氣道休憩處	不限	免費	200	5/5-26/5	即場報名

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。

### 智障人士宿營

40527153 (WC208)	25/5-26/5	六,日	14:30-13:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	8	16/4	
------------------	-----------	-----	-------------	-----------	----	---	------	--

### 肢體傷殘人士旅行

40527122 (WC193)	25/5	六	10:30-15:30	西灣河	4+	6	16/4	
------------------	------	---	-------------	-----	----	---	------	--

長者活動編號 (班號) (供60歲及以上人士參加，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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

### 第一階段長者游泳訓練班

40527147 (WC202)	3/5-27/5 (13/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	維多利亞公園游泳池	16	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
------------------	----------------------	-------	-----------	-----------	----	-----------------------	--

### 長者八段錦同樂日

40527072 (WC130)	3/5	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	3/5	即場報名
40527073 (WC131)	10/5	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	10/5	即場報名
40527075 (WC132)	17/5	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	17/5	即場報名
40527076 (WC133)	24/5	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	24/5	即場報名
40527078 (WC134)	31/5	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	31/5	即場報名

### 長者徒手健體訓練班

40527070 (WC177)	27/5-8/7 (5/6,7/6,19/6,1/7,3/7)除外	一,三,五	10:00-11:00	黃泥涌體育館	30	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527110 (WC153)	21/5-20/6	二,四,六	9:00-10:00	駱克道體育館	30	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527112 (WC154)	21/5-20/6	二,四,六	10:00-11:00	駱克道體育館	30	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527139 (WC175)	27/5-8/7 (5/6,7/6,19/6,1/7,3/7)除外	一,三,五	8:00-9:00	黃泥涌體育館	30	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
40527141 (WC176)	27/5-8/7 (5/6,7/6,19/6,1/7,3/7)除外	一,三,五	9:00-10:00	黃泥涌體育館	30	18/3-24/3 (1/4){23/4}	

### 長者清晨徒手健體

40527148 (WC203) 2/5-30/5 二,四,六 6:00-8:00 寶雲道公園 260 2/5-30/5 即場報名

#### 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。

40527129 (WC166)	27/5-28/6 (3/6,7/6,17/6)除外	一,三,五	11:00-12:00	駱克道體育館	20	@18/3-24/3 (1/4) {23/4}	
------------------	-------------------------------	-------	-------------	--------	----	----------------------------	--

#### 長者普及體操同樂日

40527079 (WC135)	8/5	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	8/5	即場報名
40527081 (WC136)	15/5	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	15/5	即場報名
40527083 (WC137)	22/5	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	22/5	即場報名
40527084 (WC138)	29/5	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	29/5	即場報名

#### 長者社交舞訓練班

40527080 (WC180)	21/5-20/6	二,四	13:00-15:00	黃泥涌體育館	24	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
------------------	-----------	-----	-------------	--------	----	-----------------------	--

#### 長者康體匯敘 - 室內短墊滾球

40527071 (WC129)	7/5-28/5	二	9:30-11:30	港灣道體育館	64	7/5-28/5	即場報名
------------------	----------	---	------------	--------	----	----------	------

#### 活力長者計劃 - 室內短墊滾球暨羽毛球同樂

40527085 (WC182)	6/5-27/5 (13/5)除外	一	8:00-10:00	黃泥涌體育館	36	6/5-27/5	即場報名
------------------	----------------------	---	------------	--------	----	----------	------

#### 長者康體匯敘 - 室內門球

40527069 (WC128)	2/5-30/5	四	9:30-11:30	港灣道體育館	80	2/5-30/5	即場報名
------------------	----------	---	------------	--------	----	----------	------

#### 長者日營

40527150 (WC205)	20/5	一	9:00-16:00	麥理浩夫人度假村	96	18/3-24/3 (1/4){23/4}	
------------------	------	---	------------	----------	----	-----------------------	--