

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2019年10月份康樂體育活動一覽表

離島區

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									
40541706 (IS0938)	13/10-15/12	日	8:00-10:00	東涌北公園	16+	130	40	14/9	 
健體舞訓練班									
40541783 (IS1540)	10/10-19/11	二,四	9:00-10:00	東涌文東路體育館	14+	65	30	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541784 (IS1541)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	東涌文東路體育館	14+	65	30	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
康體匯紋 - 八段錦									
40541779 (IS1122)	10/10-28/11	四	19:50-21:20	海傍街體育館	8+	免費	50	10/10-28/11	即場報名
兒童舞訓練班									
40541699 (IS0353)	26/10-28/12	六	10:00-12:00	坪洲體育館	4-11	60	20	26/9	 
40541720 (IS1535)	12/10-14/12	六	14:00-16:00	東涌文東路體育館	4-11	60	20	12/9	 
中國舞同樂日									
40541714 (IS1117)	22/10	六	13:00-15:00	長洲體育館	12+	免費	30	22/9	 
器械健體訓練班									
<p>@ 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。</p>									
40541710 (IS1114)	23/10-18/11	一,三,五	19:00-20:00	長洲體育館	15+	75	20	@23/9	 
40541711 (IS1115)	23/10-18/11	一,三,五	20:00-21:00	長洲體育館	15+	75	20	@23/9	 
40541712 (IS1116)	23/10-18/11	一,三,五	21:00-22:00	長洲體育館	15+	75	20	@23/9	 
爵士舞訓練班									
40541716 (IS1119)	24/10-2/1 (26/12)除外	四	19:15-21:15	海傍街體育館	12+	70	20	24/9	 
舞蹈同樂									
40539147 (IS0033)	6/10	日	15:00-18:00	愉景灣社區會堂	14+	免費	50	6/9	 
社交舞同樂日									
40541707 (IS1123)	12/10	六	19:45-21:45	長洲體育館	14+	免費	30	11/9	 
40541715 (IS1118)	20/10	日	19:45-22:15	海傍街體育館	14+	免費	50	20/9	 
社交舞訓練班									
40541692 (IS0037)	13/10-15/12	日	16:00-18:00	愉景灣社區會堂	14+	86	30	12/9	 
40541697 (IS0351)	5/10-7/12	六	19:00-21:00	梅窩體育館	14+	86	30	5/9	 
40541709 (IS1113)	17/10-19/12	四	19:45-21:45	長洲體育館	14+	86	30	17/9	 
康體匯紋 - 太極									
40541754 (IS0875)	9/10-18/12	三	20:00-21:30	東涌逸東邨排球場	6+	免費	120	9/10-18/12	即場報名
40541755 (IS0876)	19/10-28/12	六	20:00-21:30	大澳路遊樂場2號場	6+	免費	120	19/10-28/12	即場報名
40541762 (IS0943)	14/10-23/12	一	9:00-10:30	文東路公園籃球場	6+	免費	120	14/10-23/12	即場報名
太極訓練班									
40541689 (IS0041)	25/10-24/2 (25/12,1/1,27/1,29/1,31/1)除外	一,三,五	7:30-8:30	愉景灣永安百貨對空地	6+	60	40	24/9	 
40541693 (IS0167)	15/10-6/2 (26/12,28/1)除外	二,四	10:30-12:00	愉景灣永安百貨對空地	6+	60	40	6/9	 
40541705 (IS0873)	18/10-17/2 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	東涌逸東邨排球場	6+	60	40	19/9	 
太極劍訓練班									
40541690 (IS0035)	25/10-24/2 (25/12,1/1,27/1,29/1,31/1)除外	一,三,五	8:30-9:30	愉景灣永安百貨對空地	6+	60	30	24/9	 
40541702 (IS0788)	14/10-14/2 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1,31/1)除外	一,三,五	20:45-21:45	坪洲海濱遊樂場	6+	60	40	12/9	 
西方土風舞訓練班									
40541691 (IS0036)	13/10-15/12	日	14:00-16:00	愉景灣社區會堂	8+	45	30	12/9	 
40541721 (IS1536)	13/10-15/12	日	16:00-18:00	東涌文東路體育館	8+	45	30	13/9	 
瑜珈訓練班									
40541791 (IS1546)	20/10-29/12	日	14:00-16:00	東涌文東路體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
正確使用健身室設施簡介會									
40541708 (IS1112)	13/10	日	9:00-12:00	長洲體育館	15+	免費	25	13/9	 
40541744 (IS0356)	13/10	日	14:00-17:00	坪洲體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541745 (IS0357)	20/10	日	14:00-17:00	梅窩體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541780 (IS1538)	6/10	日	10:00-13:00	東涌文東路體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541790 (IS1545)	19/10	六	13:00-16:00	東涌文東路體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
羽毛球訓練班									

40539330 (IS0345)	6/10-29/12 (24/11,1/12,8/12)除外	日	14:00-16:00	梅窩體育館	7+	118	24	6/9	
40539331 (IS0346)	6/10-29/12 (24/11,1/12,8/12)除外	日	16:00-18:00	梅窩體育館	7+	118	24	6/9	
40541694 (IS0168)	26/10-28/12	六	13:00-15:00	愉景灣社區會堂	7+	118	12	27/9	
40541781 (IS1539)	10/10-11/11	一,四	19:00-21:00	東涌文東路體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541792 (IS1547)	23/10-22/11	三,五	9:00-11:00	東涌文東路體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (3/9){25/9}	

乒乓球訓練班

40541700 (IS0354)	19/10-8/2 (23,30/11,7,14,28/12,4,25/1)除外	六	13:00-15:00	坪洲體育館	6+	86	24	12/9	
40541701 (IS0355)	19/10-8/2 (23,30/11,7,14,28/12,4,25/1)除外	六	16:15-18:15	梅窩體育館	6+	86	24	12/9	

網球訓練班

40541704 (IS0790)	8/10-10/12	二	20:00-22:00	長洲公園網球場	8+	170	18	10/9	
40541753 (IS0792)	26/10-28/12	六	19:00-21:00	長洲公園網球場	8+	170	18	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541763 (IS0944)	26/10-28/12	六	9:00-11:00	東涌富東邨網球場	8+	170	12	20/8-26/8 (3/9){25/9}	

籃球訓練班

40541722 (IS1537)	22/10-7/1 (24/12,31/12)除外	二	19:00-21:00	東涌文東路體育館	10+	75	30	23/9	
-------------------	------------------------------	---	-------------	----------	-----	----	----	------	--

足球同樂日

40541760 (IS0942)	6/10	日	16:00-18:00	東涌北公園硬地足球場	6+	免費	30	6/10	即場報名
-------------------	------	---	-------------	------------	----	----	----	------	------

離島區小型足球比賽 - 長洲

40541799 (IS0793)	13/10	日	10:00-18:00	長洲北帝廟遊樂場	14+	60	8	2/9	
-------------------	-------	---	-------------	----------	-----	----	---	-----	--

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。

40541776 (IS1120)	29/10-5/12	二,四	9:00-10:00	長洲體育館	20	@20/8-26/8 (3/9) {25/9}	
40541778 (IS1121)	29/10-5/12	二,四	10:00-11:00	長洲體育館	20	@20/8-26/8 (3/9) {25/9}	

活力長者計劃 - 普及體操同樂

40541786 (IS1542)	10/10-12/11	二,四	8:00-9:00	東涌文東路體育館	40	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
40541787 (IS1543)	10/10-12/11	二,四	9:00-10:00	東涌文東路體育館	40	20/8-26/8 (3/9){25/9}	

長者康體匯紓 - 太極

40541747 (IS0359)	3/10-31/10	四	9:30-10:30	梅窩體育館	90	3/10-31/10	即場報名
40541748 (IS0360)	5/10-26/10	六	9:30-10:30	梅窩體育館	90	5/10-26/10	即場報名

活力長者計劃 - 乒乓球同樂

40541717 (IS1533)	2/10-30/10	三	10:00-11:00	東涌文東路體育館	24	2/9	
40541719 (IS1534)	2/10-30/10	三	11:00-12:00	東涌文東路體育館	24	2/9	

長者陸上暢遊

40541740 (IS0038)	9/10	三	9:00-17:00	青嶼幹線觀景台,迪欣湖	48	20/8-26/8 (3/9){25/9}	
-------------------	------	---	------------	-------------	----	-----------------------	--