

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

荃灣區

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
成人捷泳訓練班(第一階段)									
40532098	2/10-28/10 (4/10,7/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	城門谷游泳池	18+	100	16	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
成人胸泳訓練班(第一階段)									
40532099	3/10-26/10 (19/10)除外	二,四,六	19:30-20:30	城門谷游泳池	18+	100	16	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
健體舞訓練班									
40543032	4/10-13/11	三,五	19:00-20:00	蕙荃體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
40543033	4/10-13/11	三,五	20:00-21:00	蕙荃體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
40543034	8/10-14/11	二,四	19:00-20:00	荃灣西約體育館	14+	65	10	16/9	☒ i
40543035	8/10-14/11	二,四	20:00-21:00	荃灣西約體育館	14+	65	10	16/9	☒ i
40543037	8/10-15/11	二,五	15:00-16:00	蕙荃體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
40543038	8/10-15/11	二,五	14:00-15:00	蕙荃體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
40543041	8/10-14/11	二,四	10:00-11:00	荃景圍體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
40543042	8/10-14/11	二,四	11:00-12:00	荃景圍體育館	14+	65	20	16/9	☒ i
兒童舞訓練班									
40543078	13/10-15/12	日	10:00-12:00	荃景圍體育館	4-6	60	20	13/9	☒ i
中國舞訓練班									
40543079	3/10-12/12 (28/11)除外	四	11:00-13:00	蕙荃體育館	14+	45	20	9/9	☒ i
40543080	8/10-24/12 (29/10,5/11)除外	二	11:00-13:00	荃灣體育館	14+	45	20	23/8-27/8 (3/9){24/9}	☒
晚間舞絃-社交舞同樂									
40543128	11/10	五	19:00-22:00	楊屋道體育館	14+	20	20	25/9	☒ i
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>									
40543050	9/10-15/11	三,五	15:00-16:00	荃灣西約體育館	15+	75	10	@27/9	☒ i
40543052	9/10-15/11	三,五	16:00-17:00	荃灣西約體育館	15+	75	10	@27/9	☒ i
40543058	29/10-5/12	二,四	14:00-15:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@27/9	☒ i
40543059	29/10-5/12	二,四	15:00-16:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@27/9	☒ i
水中健體訓練班									
40543027	2/10-4/11 (7/10)除外	一,三,五	19:00-20:00	城門谷游泳池	14+	80	30	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
40543028	2/10-4/11 (7/10)除外	一,三,五	20:00-21:00	城門谷游泳池	14+	80	30	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
柔道訓練班									
40543131	16/10-18/12	三	18:00-20:00	荃灣西約體育館	6+	65	10	20/9	☒ i
現代舞訓練班									
40543130	9/10-11/12	三	12:00-14:00	蕙荃體育館	12+	70	20	6/9	☒ i
午間舞絃-社交舞同樂									
40543126	14/10	一	13:00-16:00	蕙荃體育館	14+	20	30	25/9	☒ i
40543127	23/10	三	14:00-17:00	荃灣西約體育館	14+	20	14	25/9	☒ i
社交舞訓練班									
40543122	2/10-1/11	三,五	14:00-16:00	荃景圍體育館	14+	86	30	23/8-27/8 (3/9){24/9}	☒
40543123	3/10-5/12	四	20:00-22:00	楊屋道體育館	14+	86	30	23/8-27/8 (3/9){24/9}	☒
40543125	4/10-5/11	二,五	10:00-12:00	蕙荃體育館	14+	86	30	23/8-27/8 (3/9){24/9}	☒
太極訓練班									
40543175	16/10-12/2 (25/12,1/1,27/1,29/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	荃灣海濱公園	6+	60	40	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
40543191	18/10-17/2 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1)除外	一,三,五	18:00-19:00	荃灣公園	6+	60	40	26/9	☒ i
40543195	18/10-17/2 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	荃灣公園	6+	60	40	26/9	☒ i
簡易太極班									
40543136	3/10-9/11	四,六	9:00-10:00	荃灣西約體育館	6+	54	30	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
40543161	19/10-4/1	六	8:00-9:00	蕙荃體育館	6+	54	30	16/8-20/8 (27/8){17/9}	☒
西方土風舞訓練班									
40543129	3/10-5/11	二,四	19:00-21:00	蕙荃體育館	8+	45	20	5/9	☒ i
瑜伽訓練班									

40543243	13/10-15/12	日	16:00-18:00	蕙荃體育館	15+	85	30	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
----------	-------------	---	-------------	-------	-----	----	----	-----------------------	---

正確使用健身室設施簡介會

40543044	12/10	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543045	6/10	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543046	20/10	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉

身心伸展訓練班

40543211	14/10-22/11	一,五	18:00-19:00	荃景圍體育館	15+	85	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543213	14/10-22/11	一,五	19:00-20:00	荃景圍體育館	15+	85	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉

箭藝同樂日

40543247	12/10	六	14:00-16:00	城門谷公園	8+	免費	20	30/9	📄 i
----------	-------	---	-------------	-------	----	----	----	------	-----

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40543074	19/10	六	11:00-12:00	蕙荃體育館	7+	免費	24	19/9	📄 i
40543075	19/10	六	12:00-13:00	蕙荃體育館	7+	免費	24	19/9	📄 i
40543076	19/10	六	13:00-14:00	蕙荃體育館	7+	免費	24	19/9	📄 i

羽毛球訓練班

40543070	4/10-6/11	三,五	10:00-12:00	荃景圍體育館	7+	118	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543071	8/10-7/11	二,四	19:00-21:00	荃灣西約體育館	7+	118	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543072	9/10-8/11	三,五	12:00-14:00	蕙荃體育館	7+	118	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543073	16/10-18/12	三	18:00-20:00	楊屋道體育館	7+	118	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40543077	12/10-16/11	六	11:00-13:00	荃景圍體育館	7+	73	24	19/9	📄 i
----------	-------------	---	-------------	--------	----	----	----	------	-----

乒乓球訓練班

40543068	5/10-7/12	六	14:00-16:00	楊屋道體育館	6+	86	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543069	10/10-12/11	二,四	18:00-20:00	荃景圍體育館	6+	86	24	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉

網球訓練班

40543237	2/10-1/11	三,五	19:00-21:00	沙咀道遊樂場	8+	170	12	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543238	3/10-7/11 (7/10)除外	一,四	17:00-19:00	荃灣海濱公園	8+	170	12	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543239	4/10-6/11	三,五	19:00-21:00	城門谷公園	8+	170	12	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉
40543240	8/10-7/11	二,四	8:00-10:00	城門谷公園	8+	170	12	12/9	📄 i
40543241	10/10-12/11	二,四	19:00-21:00	荃景圍遊樂場	8+	170	12	23/8-27/8 (3/9){24/9}	✉

板球同樂日

40543248	6/10	日	10:00-12:00	石壁遷置村遊樂場	6+	免費	20	11/9	📄 i
----------	------	---	-------------	----------	----	----	----	------	-----

普及健體運動 - 行山樂

40543242	27/10	日	9:00-16:00	D8 鶴藪沙羅圍園遊	6+	40	48	16/8-20/8 (27/8){17/9}	✉
----------	-------	---	------------	------------	----	----	----	------------------------	---

荃灣區堆沙比賽2019/20

40542956	20/10	日	9:00-13:00	青山公路十一咪半麗都灣泳灘	不限	60	24	4/9	📄
----------	-------	---	------------	---------------	----	----	----	-----	---

運動攀登同樂日

40543062	6/10	日	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	23/9	📄 i
40543063	6/10	日	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	23/9	📄 i
40543064	19/10	六	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	23/9	📄 i
40543065	19/10	六	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	23/9	📄 i

荃灣區沙灘嘉年華

40543244	20/10	日	12:00-16:00	青山公路11咪半麗都灣泳灘	不限	免費	500	20/10	即場報名
----------	-------	---	-------------	---------------	----	----	-----	-------	------

荃灣公園綠化講座

40543246	27/10	日	15:00-17:00	荃灣公園	不限	免費	40	27/10	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
----------------------------	----	----	----	----	------	-------------------------------	----------

專為殘疾人士而設的康體活動的報名方法(詳情請參閱報名須知內的報名方式)

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。

長期病患者及肢體傷殘人士旅行

40526832	26/10	六	9:00-17:00	香港文化博物館及志蓮淨苑	不限	10	26/9	📄 i
----------	-------	---	------------	--------------	----	----	------	-----

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

長者游泳訓練班(第一階段)

40532097	2/10-28/10 (4/10,7/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	城門谷游泳池	16	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
40532100	3/10-26/10 (19/10)除外	二,四,六	20:30-21:30	城門谷游泳池	16	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉

長者八段錦訓練班

40543017	9/10-8/1 (25/12,1/1)除外	三	9:00-10:00	蕙荃體育館	30	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
----------	---------------------------	---	------------	-------	----	----------------------------	---

長者健體訓練班

40543019	9/10-22/11	三,五	11:00-12:00	楊屋道體育館	25	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
長者社交舞同樂日							
40543004	9/10	三	14:00-17:00	荃灣西約體育館	14	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
40543009	9/10	三	8:00-11:00	荃灣體育館	20	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
活力長者計劃-乒乓球天地							
40542976	2/10-30/10 (18/10)除外	三,五	8:00-9:45	荃灣西約體育館	60	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
40542993	3/10-31/10	二,四	8:00-9:45	蕙荃體育館	60	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
活力長者計劃-羽毛球天地							
40542961	3/10-31/10 (8/10)除外	二,四	8:00-9:45	荃景圍體育館	30	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
40542974	3/10-31/10 (8/10)除外	二,四	9:00-10:45	楊屋道體育館	30	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
40542975	4/10-30/10	三,五	8:00-9:45	蕙荃體育館	30	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
長者門球同樂日							
40543014	25/10	五	9:00-11:00	荃灣公園	30	30/9	📢 i
長者康樂旅行							
40543024	30/10	三	9:00-17:00	新界	48	16/8-20/8 (27/8) {17/9}	✉
長者遊戲日							
40543025	18/10	五	9:00-12:00	荃灣西約體育館	4000	18/10	即場報名