












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

沙田區

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									
40544024 (ST1246)	4/10-6/12	五	19:30-21:30	馬鞍山運動場	16+	130	40	2/9	 
健體舞訓練班									
40544025 (ST1247)	2/10-8/11	三,五	9:00-10:00	恆安體育館	14+	65	20	10/9	 
40544026 (ST1248)	2/10-8/11	三,五	20:00-21:00	恆安體育館	14+	65	20	10/9	 
40544027 (ST1249)	10/10-19/11	二,四	9:00-10:00	恆安體育館	14+	65	20	11/9	 
40544028 (ST1250)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	恆安體育館	14+	65	20	11/9	 
40544029 (ST1251)	3/10-12/11	二,四	9:00-10:00	顯徑體育館	14+	65	20	13/9	 
40544030 (ST1252)	3/10-12/11	二,四	10:00-11:00	顯徑體育館	14+	65	20	13/9	 
40544031 (ST1253)	3/10-12/11	二,四	19:00-20:00	顯徑體育館	14+	65	20	12/9	 
40544032 (ST1254)	3/10-12/11	二,四	20:00-21:00	顯徑體育館	14+	65	20	12/9	 
40544033 (ST1255)	2/10-20/11 (30/10,1/11,6/11)除外	三,五	14:00-15:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544034 (ST1256)	11/10-29/11 (28/10,1/11,4/11)除外	一,五	19:00-20:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544035 (ST1257)	11/10-29/11 (28/10,1/11,4/11)除外	一,五	20:00-21:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544037 (ST1259)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	美林體育館	14+	65	30	16/9	 
40544038 (ST1260)	10/10-19/11	二,四	14:00-15:00	美林體育館	14+	65	30	17/9	 
40544039 (ST1261)	9/10-15/11	三,五	9:00-10:00	源禾路體育館	14+	65	20	10/9	 
40544040 (ST1262)	9/10-15/11	三,五	10:00-11:00	源禾路體育館	14+	65	20	10/9	 
40544041 (ST1263)	9/10-15/11	三,五	19:00-20:00	源禾路體育館	14+	65	25	12/9	 
40544042 (ST1264)	9/10-15/11	三,五	20:00-21:00	源禾路體育館	14+	65	25	12/9	 
40544043 (ST1265)	10/10-19/11	二,四	8:00-9:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/9	 
40544044 (ST1266)	10/10-19/11	二,四	9:00-10:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/9	 
40544045 (ST1267)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/9	 
40544046 (ST1268)	10/10-19/11	二,四	13:00-14:00	源禾路體育館	14+	65	20	13/9	 
40544047 (ST1269)	10/10-19/11	二,四	14:00-15:00	源禾路體育館	14+	65	20	13/9	 
八段錦訓練班									
40544048 (ST1270)	8/10-26/11 (29/10,31/10,5/11)除外	二,四	15:00-16:00	馬鞍山體育館	8+	80	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544049 (ST1271)	8/10-26/11 (29/10,31/10,5/11)除外	二,四	16:00-17:00	馬鞍山體育館	8+	80	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
兒童舞訓練班									
40544050 (ST1272)	6/10-8/12	日	14:00-16:00	沙田賽馬會公眾壁球場	4-6	60	20	3/9	 
40544051 (ST1273)	6/10-15/12 (3/11)除外	日	14:00-16:00	馬鞍山體育館	4-6	60	20	3/9	 
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>									
40544052 (ST1274)	2/10-4/11 (7/10,14/10,28/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	恆安體育館	15+	75	20	@16/9	 
40544053 (ST1275)	15/10-9/11	二,四,六	19:00-20:00	恆安體育館	15+	75	20	@18/9	 
40544054 (ST1276)	15/10-9/11	二,四,六	20:00-21:00	恆安體育館	15+	75	20	@18/9	 
40544055 (ST1277)	2/10-8/11	三,五	13:00-14:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@20/9	 
40544056 (ST1278)	10/10-19/11	二,四	9:00-10:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@17/9	 
40544057 (ST1279)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@17/9	 
40544063 (ST1285)	9/10-18/11	一,三	8:00-9:00	圓洲角體育館	15+	75	30	@18/9	 
40544064 (ST1286)	9/10-18/11	一,三	9:00-10:00	圓洲角體育館	15+	75	30	@18/9	 
40544065 (ST1287)	24/10-12/12 (7/11,21/11,5/12)除外	二,四	9:00-10:00	圓洲角體育館	15+	75	30	@19/9	 
社交舞訓練班									
40544066 (ST1288)	3/10-12/12 (31/10)除外	四	11:00-13:00	馬鞍山體育館	14+	86	26	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544067 (ST1289)	5/10-21/12 (2/11,23/11)除外	六	15:00-17:00	馬鞍山體育館	14+	86	26	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544068 (ST1290)	9/10-20/11 (30/10,1/11,6/11)除外	三,五	9:00-11:00	馬鞍山體育館	14+	86	26	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544069 (ST1291)	15/10-14/11	二,四	20:00-22:00	美林體育館	14+	86	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
40544070 (ST1292)	3/10-5/12	四	21:00-23:00	沙田大會堂	14+	86	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
中級社交舞訓練班									
40544071 (ST1293)	6/10-8/12	日	20:00-22:00	沙田大會堂	14+	86	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	
簡易太極班									

40544072 (ST1294)	6/10-22/12	日	8:00-9:00	鞍祿街公園	6+	54	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544073 (ST1295)	5/10-21/12	六	16:00-17:00	沙田公園(日影廊)	6+	54	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

太極劍訓練班

40544075 (ST1296)	3/10-24/3 (26/12,28/1)除外	二,四	7:00-8:00	顯田遊樂場	6+	60	50	6/9	☒ i
-------------------	-----------------------------	-----	-----------	-------	----	----	----	-----	-----

武術同樂日

40544076 (ST1297)	20/10	日	14:00-17:00	馬鞍山體育館對出廣場	不限	免費	1000	20/10	即場報名
-------------------	-------	---	-------------	------------	----	----	------	-------	------

瑜伽訓練班

40544077 (ST1298)	5/10-7/12	六	9:00-11:00	源禾路體育館	15+	85	25	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544078 (ST1299)	8/10-10/12	二	15:00-17:00	顯徑體育館	15+	85	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544079 (ST1300)	6/10-15/12 (3/11)除外	日	10:00-12:00	馬鞍山體育館	15+	85	25	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544080 (ST1301)	5/10-7/12	六	10:00-12:00	美林體育館	15+	85	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544082 (ST1303)	15/10-17/12	二	19:00-21:00	源禾路體育館	15+	85	25	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

正確使用健身室設施簡介會

40544083 (ST1304)	6/10	日	9:00-12:00	恆安體育館	15+	免費	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544084 (ST1305)	12/10	六	14:00-17:00	馬鞍山體育館	15+	免費	25	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544086 (ST1307)	19/10	六	14:00-17:00	圓洲角體育館	15+	免費	25	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

健步行簡介會

40544088 (ST1308)	13/10	日	16:00-18:00	馬鞍山海濱長廊	6+	免費	30	2/9	☒ i
-------------------	-------	---	-------------	---------	----	----	----	-----	-----

身心伸展訓練班

40544089 (ST1309)	30/10-7/12	三,六	19:00-20:00	圓洲角體育館	15+	85	24	3/9	☒ i
40544090 (ST1310)	30/10-7/12	三,六	20:00-21:00	圓洲角體育館	15+	85	24	3/9	☒ i

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40544093 (ST1313)	20/10	日	14:00-15:00	源禾路體育館	7+	免費	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544094 (ST1314)	20/10	日	15:00-16:00	源禾路體育館	7+	免費	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544095 (ST1315)	20/10	日	16:00-17:00	源禾路體育館	7+	免費	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544096 (ST1316)	20/10	日	14:00-15:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544097 (ST1317)	20/10	日	15:00-16:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544098 (ST1318)	20/10	日	16:00-17:00	圓洲角體育館	7+	免費	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

羽毛球訓練班

40544099 (ST1319)	14/10-13/11	一,三	19:00-21:00	恆安體育館(非備空調)	7+	118	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544100 (ST1320)	14/10-14/11	一,四	19:00-21:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	118	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544101 (ST1321)	15/10-15/11	二,五	9:00-11:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	118	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544102 (ST1322)	8/10-19/11 (29/10,31/10,5/11)除外	二,四	19:00-21:00	馬鞍山體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544103 (ST1323)	23/10-6/12 (30/10,1/11,6/11,22/11)除外	三,五	13:00-15:00	馬鞍山體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544104 (ST1324)	2/11,23/11,14/12,21/12,18/1,25/1 除外	六	8:00-10:00	馬鞍山體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544105 (ST1325)	8/10-7/11	二,四	19:00-21:00	美林體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544106 (ST1326)	9/10-8/11	三,五	9:00-11:00	美林體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544107 (ST1327)	2/10-6/11 (7/10)除外	一,三	19:00-21:00	圓洲角體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544108 (ST1328)	15/10-15/11	二,五	19:00-21:00	源禾路體育館	7+	118	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

草地滾球練習計劃

40544111 (ST1331)	2/10-27/11 (7/10)除外	一,三,五	9:00-12:00	小瀝源路遊樂場	8+	60	60	4/9	☒ i
-------------------	---------------------	-------	------------	---------	----	----	----	-----	-----

草地滾球訓練班

40544112 (ST1332)	15/10-7/11	二,四	10:00-12:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	5/9	☒ i
40544113 (ST1333)	15/10-7/11	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	5/9	☒ i
40544114 (ST1334)	30/10-22/11	三,五	15:00-17:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	5/9	☒ i
40544115 (ST1335)	30/10-22/11	三,五	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

壁球訓練班

40544116 (ST1336)	5/10-23/11	六	12:00-14:00	美林體育館	7+	160	8	5/9	☒ i
40544117 (ST1337)	14/10-7/11	一,四	19:00-21:00	沙田賽馬會公眾壁球場	7+	160	8	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544118 (ST1338)	16/10-8/11	三,五	19:00-21:00	沙田賽馬會公眾壁球場	7+	160	8	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544119 (ST1339)	22/10-14/11	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	7+	160	8	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

乒乓球訓練班

40544120 (ST1340)	5/10-7/12	六	15:00-17:00	恆安體育館(非備空調)	6+	86	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544121 (ST1341)	6/10-29/12 (24/11,1/12,22/12)除外	日	10:00-12:00	顯徑體育館(非備空調)	6+	86	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544122 (ST1342)	9/10-20/11 (30/10,1/11,6/11)除外	三,五	9:00-11:00	馬鞍山體育館	14+	86	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544123 (ST1343)	14/10-29/11 (28/10,1/11,4/11,22/11)除外	一,五	19:00-21:00	馬鞍山體育館	14+	86	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544124 (ST1344)	14/10-16/12	一	19:00-21:00	美林體育館	6+	86	24	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

網球訓練班

40544125 (ST1345)	11/10-12/11	二,五	19:00-21:00	顯田遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544126 (ST1346)	5/10-7/12	六	15:00-17:00	小瀝源路遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544127 (ST1347)	6/10-8/12	日	14:00-16:00	小瀝源路遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544128 (ST1348)	15/10-14/11	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544129 (ST1349)	5/10-7/12	六	16:00-18:00	曾大屋遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544130 (ST1350)	17/10-18/11	一,四	19:00-21:00	曾大屋遊樂場	8+	170	12	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544131 (ST1351)	14/10-13/11	一,三	19:00-21:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544132 (ST1352)	24/10-26/11	二,四	9:00-11:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

圍棋訓練班(第二階段)

40544109 (ST1329)	13/10-17/11	日	14:00-16:00	沙田賽馬會公眾壁球場	6+	40	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒
40544110 (ST1330)	13/10-17/11	日	16:00-18:00	沙田賽馬會公眾壁球場	6+	40	20	17/8-21/8 (28/8){19/9}	☒

第三十九屆沙田盃足球比賽*

40543885 (QST1244)	14/10-9/12	一,三,四	20:00-23:00	曾大屋遊樂場	16+	100	24	12/8-22/8 (29/8){19/9}	✉
--------------------	------------	-------	-------------	--------	-----	-----	----	------------------------	---

成人門球訓練班

40544133 (ST1353)	2/10-25/10	三,五	15:00-17:00	馬鞍山遊樂場	20+	54	15	9/9	☰ i
-------------------	------------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----	-----

家庭康樂日營

40534882 (ST0641)	13/10	日	9:00-17:00	西貢戶外康樂中心	不限	60	48	9/9	☰
-------------------	-------	---	------------	----------	----	----	----	-----	---

普及健體運動 - 行山樂

40541065 (ST1124)	13/10	日	9:00-17:00	釣魚翁下訪孟公	6+	40	48	17/8-21/8 (28/8){19/9}	✉
-------------------	-------	---	------------	---------	----	----	----	------------------------	---

社區園圃計劃

40544135 (ST1355)	19/10-22/2	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	車公廟路遊樂場社區園圃	12+	400	30	17/8-21/8 (28/8){19/9}	✉
-------------------	------------	---------------	------------	-------------	-----	-----	----	------------------------	---

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。

精神病康復者草地滾球同樂日

40537479 (ST0900)	11/10	五	14:00-16:00	小瀝源路遊樂場	8+	3	28/8	☰ i
-------------------	-------	---	-------------	---------	----	---	------	-----

智障人士健體舞訓練班

40537392 (ST0879)	3/10-21/11	四	16:00-17:00	源禾路體育館	14+	3	28/8	☰ i
-------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	------	-----

智障人士康樂日營

40537302 (ST0861)	18/10	五	10:30-15:00	麥理浩夫人度假村	不限	4	28/8	☰ i
-------------------	-------	---	-------------	----------	----	---	------	-----

智障人士康樂宿營

40537307 (ST0863)	23/10-24/10	三,四	14:30-12:00	西貢戶外康樂中心	不限	3	28/8	☰ i
-------------------	-------------	-----	-------------	----------	----	---	------	-----

40537316 (ST0868)	25/10-26/10	五,六	14:30-12:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	6	28/8	☰ i
-------------------	-------------	-----	-------------	-----------	----	---	------	-----

肢體傷殘人士陸上暢遊

40537322 (ST0874)	9/10	三	9:00-16:00	香港教育大學	不限	4	28/8	☰ i
-------------------	------	---	------------	--------	----	---	------	-----

傷健活力嘉年華

40544134 (ST1354)	12/10	六	14:00-17:00	水泉澳邨	不限	2200	12/10	即場報名
-------------------	-------	---	-------------	------	----	------	-------	------

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

長者中國舞訓練班

40544137 (ST1357)	15/10-17/12	二	8:00-10:00	顯徑體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	---	------------	-------	----	----------------------------	---

40544138 (ST1358)	15/10-17/12	二	10:00-12:00	顯徑體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	---	-------------	-------	----	----------------------------	---

40544139 (ST1359)	16/10-15/11	三,五	8:00-10:00	源禾路體育館	30	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	-----	------------	--------	----	----------------------------	---

40544140 (ST1360)	16/10-15/11	三,五	10:00-12:00	源禾路體育館	30	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	-----	-------------	--------	----	----------------------------	---

40544141 (ST1361)	9/10-25/11	一,三	15:00-16:00	恆安體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	------------	-----	-------------	-------	----	----------------------------	---

40544142 (ST1362)	9/10-25/11	一,三	16:00-17:00	恆安體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	------------	-----	-------------	-------	----	----------------------------	---

40544143 (ST1363)	15/10-28/11	二,四	8:00-9:00	源禾路體育館	25	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	-----	-----------	--------	----	----------------------------	---

40544144 (ST1364)	15/10-28/11	二,四	9:00-10:00	源禾路體育館	25	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	-----	------------	--------	----	----------------------------	---

40544145 (ST1365)	15/10-28/11	二,四	10:00-11:00	源禾路體育館	25	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-------------	-----	-------------	--------	----	----------------------------	---

40544146 (ST1366)	2/10-4/11 (7/10,14/10,28/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	恆安體育館	20	@18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-----------------------------------	-------	-----------	-------	----	-----------------------------	---

40544149 (ST1369)	24/10-12/12 (7/11,21/11,5/12)除外	二,四	8:00-9:00	圓洲角體育館	30	@18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	------------------------------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	---

40544150 (ST1370)	4/10-25/10	五	10:00-11:30	恆安體育館	30	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

40544151 (ST1371)	4/10-25/10	五	11:30-13:00	恆安體育館	30	4/10-25/10	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。

40544146 (ST1366)	2/10-4/11 (7/10,14/10,28/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	恆安體育館	20	@18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	-----------------------------------	-------	-----------	-------	----	-----------------------------	---

40544149 (ST1369)	24/10-12/12 (7/11,21/11,5/12)除外	二,四	8:00-9:00	圓洲角體育館	30	@18/8-22/8 (29/8) {20/9}	✉
-------------------	------------------------------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	---

活力長者計劃 - 社交舞同樂日

40544150 (ST1370)	4/10-25/10	五	10:00-11:30	恆安體育館	30	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

40544151 (ST1371)	4/10-25/10	五	11:30-13:00	恆安體育館	30	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

長者社交舞訓練班

40544152 (ST1372)	11/10-13/11	三,五	8:00-10:00	顯徑體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	☒
40544153 (ST1373)	11/10-13/11	三,五	10:00-12:00	顯徑體育館	20	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	☒
長者太極訓練班							
40544154 (ST1374)	2/10-20/11 (30/10,1/11,6/11)除外	三,五	7:00-8:00	馬鞍山體育館	30	18/8-22/8 (29/8) {20/9}	☒
活力長者計劃 - 羽毛球同樂							
40544155 (ST1375)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三	8:00-10:00	圓洲角體育館	24	2/10-30/10	即場報名
活力長者計劃 - 乒乓球同樂							
40544156 (ST1376)	2/10-30/10	三,五	8:00-10:00	顯徑體育館	24	2/10-30/10	即場報名
40544157 (ST1377)	3/10-24/10	四	12:00-14:00	馬鞍山體育館	48	3/10-24/10	即場報名
40544158 (ST1378)	8/10-22/10	二	14:00-16:00	馬鞍山體育館	48	8/10-22/10	即場報名
40544159 (ST1379)	3/10-31/10	二,四	8:00-10:00	美林體育館	16	3/10-31/10	即場報名
40544160 (ST1380)	4/10-29/10	二,五	8:00-10:00	沙田賽馬會公眾壁球場	24	4/10-29/10	即場報名
40544161 (ST1381)	4/10-29/10	二,五	10:00-12:00	沙田賽馬會公眾壁球場	24	4/10-29/10	即場報名
40544162 (ST1382)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三	14:00-16:00	小瀝源路遊樂場	16	2/10-30/10	即場報名
40544163 (ST1383)	3/10-31/10 (7/10)除外	一,四	8:00-10:00	小瀝源路遊樂場	16	3/10-31/10	即場報名
40544164 (ST1384)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三	9:00-11:00	圓洲角體育館	16	2/10-30/10	即場報名
40544165 (ST1385)	4/10-29/10 (8/10)除外	二,五	8:00-10:00	源禾路體育館	16	4/10-29/10	即場報名
40544166 (ST1386)	4/10-29/10 (8/10)除外	二,五	10:00-12:00	源禾路體育館	16	4/10-29/10	即場報名
長者門球同樂日							
40544168 (ST1388)	10/10	四	15:00-17:00	馬鞍山遊樂場	30	10/10	即場報名