

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

中西區

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
第一階段 - 成人捷泳訓練班									
40542908 (CW0991)	14/10-4/11	一,三,五	20:00-21:00	中山紀念公園游泳池	18+	100	16	20/8-26/8 (10/9)(30/9)	☒
40542909 (CW0992)	14/10-4/11	一,三,五	18:00-19:00	中山紀念公園游泳池	18+	100	16	20/8-26/8 (10/9)(30/9)	☒
健體舞訓練班									
40542809 (CW0889)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	13:00-14:00	香港公園體育館	14+	65	30	5/9	☒ i
40542810 (CW0890)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港公園體育館	14+	65	30	5/9	☒ i
40542811 (CW0891)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	12:00-13:00	香港公園體育館	14+	65	30	4/9	☒ i
40542812 (CW0892)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	13:00-14:00	香港公園體育館	14+	65	30	4/9	☒ i
40542813 (CW0893)	14/10-8/11	一,三,五	18:00-19:00	香港公園體育館	14+	65	30	26/9	☒ i
40542814 (CW0894)	14/10-8/11	一,三,五	19:00-20:00	香港公園體育館	14+	65	30	26/9	☒ i
40542829 (CW0911)	9/10-4/11	一,三,五	18:00-19:00	上環體育館	14+	65	30	20/8-26/8 (10/9)(27/9)	☒
40542830 (CW0912)	9/10-4/11	一,三,五	19:00-20:00	上環體育館	14+	65	30	20/8-26/8 (10/9)(27/9)	☒
40542831 (CW0913)	11/10-11/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	7:00-8:00	上環體育館	14+	65	30	12/9	☒ i
40542832 (CW0914)	11/10-11/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	上環體育館	14+	65	30	12/9	☒ i
40542833 (CW0915)	31/10-10/12	二,四	8:00-9:00	上環體育館	14+	65	30	25/9	☒ i
40542834 (CW0916)	31/10-10/12	二,四	9:00-10:00	上環體育館	14+	65	30	25/9	☒ i
40542885 (CW0967)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	士美非路體育館	14+	65	30	3/9	☒ i
40542886 (CW0968)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	11:00-12:00	士美非路體育館	14+	65	30	3/9	☒ i
八段錦訓練班									
40542869 (CW0951)	31/10-23/11 (26/12)除外	四	13:00-14:00	石塘咀體育館	8+	80	30	20/8-26/8 (10/9)(27/9)	☒
兒童舞訓練班									
40542842 (CW0924)	13/10-15/12	日	14:00-16:00	上環體育館	4-11	60	20	9/9	☒ i
40542870 (CW0952)	5/10-7/12	六	10:00-12:00	石塘咀體育館	4-11	60	20	5/9	☒ i
中國舞訓練班									
40542871 (CW0953)	16/10-18/12	三	19:00-21:00	石塘咀體育館	12+	45	30	20/8-26/8 (10/9)(27/9)	☒
40542872 (CW0954)	21/10-23/12	一	19:00-21:00	石塘咀體育館	12+	45	30	20/8-26/8 (10/9)(27/9)	☒
社交舞同樂夜									
40542817 (CW0897)	12/10	六	19:30-22:30	香港公園體育館	14+	20	70	13/9	☒ 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錄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：新申請者將獲優先錄取，餘額則按抽籤結果由其他申請人填補。</p>									
40542844 (CW0926)	3/10-14/11 (7/11)除外	二,四	20:00-21:00	上環體育館	15+	75	30	@3/9	☒ i
40542845 (CW0927)	3/10-14/11 (7/11)除外	二,四	21:00-22:00	上環體育館	15+	75	30	@3/9	☒ i
40542846 (CW0928)	21/10-15/11	一,三,五	7:00-8:00	上環體育館	15+	75	30	@2/9	☒ i
40542847 (CW0929)	21/10-15/11	一,三,五	8:00-9:00	上環體育館	15+	75	30	@2/9	☒ i
40542848 (CW0930)	21/10-15/11	一,三,五	18:00-19:00	上環體育館	15+	75	30	@18/9	☒ i
40542849 (CW0931)	21/10-15/11	一,三,五	19:00-20:00	上環體育館	15+	75	30	@18/9	☒ i
40542850 (CW0932)	30/10-29/11 (4/11,18/11)除外	一,三,五	12:00-13:00	上環體育館	15+	75	30	@25/9	☒ i
40542851 (CW0933)	30/10-29/11 (4/11,18/11)除外	一,三,五	13:00-14:00	上環體育館	15+	75	30	@25/9	☒ i
40542860 (CW0942)	29/10-5/12	二,四	18:00-19:00	中山紀念公園體育館	15+	75	30	@24/9	☒ i
40542861 (CW0943)	29/10-5/12	二,四	19:00-20:00	中山紀念公園體育館	15+	75	30	@24/9	☒ i
40542876 (CW0958)	21/10-15/11	一,三,五	18:00-19:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@4/9	☒ i
40542877 (CW0959)	21/10-15/11	一,三,五	19:00-20:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@4/9	☒ i
40542878 (CW0960)	21/10-15/11	一,三,五	20:00-21:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@4/9	☒ i
40542879 (CW0961)	21/10-15/11	一,三,五	21:00-22:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@4/9	☒ i
40542880 (CW0962)	30/10-29/11 (11/11,25/11)除外	一,三,五	7:00-8:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@11/9	☒ i
40542881 (CW0963)	30/10-29/11 (11/11,25/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	石塘咀體育館	15+	75	30	@11/9	☒ i
爵士舞訓練班									
40542853 (CW0935)	8/10-10/12	二	20:00-22:00	上環體育館	12+	70	30	2/9	☒ i
社交舞訓練班									
40542818 (CW0898)	10/10-12/12	四	7:00-9:00	香港公園體育館	14+	86	30	13/9	☒ i
40542854 (CW0936)	10/10-12/12	四	18:00-20:00	上環體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9)(30/9)	☒
40542862 (CW0944)	5/10-21/12 (23/11,30/11)除外	六	15:00-17:00	中山紀念公園體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9)(30/9)	☒
40542882 (CW0964)	5/10-7/12	六	19:00-21:00	石塘咀體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9)(30/9)	☒

40542883 (CW0965)	16/10-18/12	三	15:00-17:00	石塘咀體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542897 (CW0979)	10/10-12/12	四	20:00-22:00	士美非路體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542898 (CW0980)	14/10-16/12	一	14:00-16:00	士美非路體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
太極訓練班									
40542822 (CW0902)	9/10-28/2 (21/10,4,18,25/11,2,16,25/12, 24/10-14/3	一,三,五	7:00-8:00	香港公園體育館	6+	60	40	19/9	☒ i
40542864 (CW0946)	(5,19,30/11,3,7,17,26/12, 24/10-14/3	二,四,六	7:00-8:00	西營盤社區綜合大樓(禮堂)/ 中山紀念公園體育館	6+	60	80	16/9	☒ i
40542865 (CW0947)	(5,19,30/11,3,7,17,26/12, 24/10-14/3	二,四,六	8:00-9:00	西營盤社區綜合大樓(禮堂)/ 中山紀念公園體育館	6+	60	80	16/9	☒ i
西方土風舞訓練班									
40542857 (CW0939)	10/10-12/12	四	20:00-22:00	上環體育館	8+	45	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
瑜伽訓練班									
40542823 (CW0903)	5/10-21/12 (23/11,30/11)除外	六	14:00-16:00	香港公園體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542858 (CW0940)	12/10-14/12	六	11:00-13:00	上環體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542866 (CW0948)	5/10-21/12 (23/11,30/11)除外	六	8:00-10:00	中山紀念公園體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542906 (CW0988)	11/10-13/11	三,五	9:00-11:00	士美非路體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542907 (CW0989)	13/10-5/1 (3/11,10/11,22/12)除外	日	16:00-18:00	士美非路體育館	15+	85	30	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
正確使用健身室設施簡介會									
40542859 (CW0941)	16/10	三	18:00-21:00	中山紀念公園體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542875 (CW0957)	14/10	一	19:00-22:00	石塘咀體育館	15+	免費	25	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
健步行簡介會									
40542828 (CW0910)	12/10	六	9:00-11:00	中西區健步廊	6+	免費	40	9/9	☒ i
身心伸展訓練班									
40542893 (CW0975)	22/10-28/11	二,四	19:00-20:00	士美非路體育館	15+	85	24	11/9	☒ i
40542894 (CW0976)	22/10-28/11	二,四	20:00-21:00	士美非路體育館	15+	85	24	11/9	☒ i
國慶箭藝同樂日									
40542891 (CW0973)	1/10	二	9:30-11:30	士美非路體育館	12+	免費	12	2/9	☒ i
40542892 (CW0974)	1/10	二	11:30-13:30	士美非路體育館	12+	免費	12	2/9	☒ i
箭藝訓練班									
40542887 (CW0969)	5/10-7/12	六	9:30-11:30	士美非路體育館	12+	70	12	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542888 (CW0970)	5/10-7/12	六	11:30-13:30	士美非路體育館	12+	70	12	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542889 (CW0971)	6/10-8/12	日	9:30-11:30	士美非路體育館	12+	70	12	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542890 (CW0972)	6/10-8/12	日	11:30-13:30	士美非路體育館	12+	70	12	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									
40542837 (CW0919)	13/10	日	14:00-15:00	上環體育館	7+	免費	24	11/9	☒ i
40542838 (CW0920)	13/10	日	15:00-16:00	上環體育館	7+	免費	24	11/9	☒ i
40542839 (CW0921)	13/10	日	16:00-17:00	上環體育館	7+	免費	24	11/9	☒ i
兒童羽毛球訓練班									
40542868 (CW0950)	15/10-17/12	二	19:00-21:00	石塘咀體育館	7-11	118	24	18/9	☒ i
羽毛球訓練班									
40542815 (CW0895)	10/10-12/11	二,四	9:00-11:00	香港公園體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542816 (CW0896)	28/10-29/11	一,五	18:00-20:00	香港公園體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542835 (CW0917)	2/10-6/11 (7/10)除外	一,三	19:00-21:00	上環體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542836 (CW0918)	4/10-6/11	三,五	10:00-12:00	上環體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542840 (CW0922)	3/10-7/11 (8/10)除外	二,四	9:00-11:00	上環體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542841 (CW0923)	16/10-18/12	三	12:00-14:00	上環體育館	7+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
40542867 (CW0949)	3/10-19/12 (7/11,21/11)除外	四	19:00-21:00	石塘咀體育館	12+	118	24	20/8-26/8 (10/9){27/9}	☒
室內短墊滾球同樂日									
40542899 (CW0981)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	10:30-11:30	士美非路體育館	8+	免費	28	2/10-30/10	即場報名
壁球訓練班									
40542819 (CW0899)	10/10-4/11	一,四	7:00-9:00	香港壁球中心	7+	160	12	6/9	☒ i
40542855 (CW0937)	3/10-29/10	二,四	19:00-21:00	上環體育館	7+	160	12	2/9	☒ i
40542901 (CW0983)	14/10-6/11	一,三	19:00-21:00	士美非路體育館	7+	160	12	13/9	☒ i
乒乓球同樂日									
40542902 (CW0984)	2/10-30/10	三,五	10:00-11:00	士美非路體育館	6+	免費	28	2/10-30/10	即場報名
乒乓球訓練班									
40542821 (CW0901)	10/10-12/11	二,四	7:00-9:00	香港公園體育館	6+	86	18	16/9	☒ i
40542856 (CW0938)	12/10-14/12	六	14:00-16:00	上環體育館	6+	86	24	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542904 (CW0986)	5/10-21/12 (23/11,30/11)除外	六	16:00-18:00	士美非路體育館	6+	86	24	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542905 (CW0987)	8/10-7/11	二,四	16:00-18:00	士美非路體育館	14+	86	24	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40543902 (CW0990)	29/10-5/12 (12/11,26/11)除外	二,四	10:00-12:00	士美非路體育館	6+	86	18	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
網球訓練班									
40542911 (CW0994)	17/10-19/11	二,四	19:00-21:00	香港網球中心	8+	170	18	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542912 (CW0995)	25/10-25/11	一,五	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
40542913 (CW0996)	25/10-27/11	三,五	20:00-22:00	香港網球中心	8+	170	18	20/8-26/8 (10/9){30/9}	☒
門球同樂日									
40542852 (CW0934)	10/10-31/10	四	8:00-10:00	上環體育館	8+	免費	20	10/10-31/10	即場報名

普及健體運動 - 行山樂

40542915 (CW0998)	6/10	日	9:00-16:00	A12 流水騰雲樂大埔	6+	40	48	20/8-26/8 (10/9){30/9}	✉
-------------------	------	---	------------	-------------	----	----	----	------------------------	---

地區園藝講座

40542827 (CW0909)	13/10	日	14:30-16:30	香港壁球中心	18+	30	30	9/9	📄 i
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	----	-----	-----

香港公園清晨觀鳥匯聚

40542825 (CW0905)	2/10-30/10	三	8:00-10:00	香港公園(人工湖-餐廳旁白橋集合)	不限	免費	30	2/10-30/10	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。

視障人士旅行

40542936 (CW1019)	27/10	日	9:00-17:00	太平山	不限	20	26/8	📄 i
-------------------	-------	---	------------	-----	----	----	------	-----

長期病患者乒乓球訓練計劃

40542940 (CW1023)	4/10-25/10	五	14:00-16:00	上環體育館	6+	3	26/8	📄 i
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	---	------	-----

聽障人士社交舞訓練計劃

40542939 (CW1022)	9/10-30/10	三	20:00-22:00	上環體育館	8+	4	26/8	📄 i
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	---	------	-----

智障人士室內門球訓練計劃

40542938 (CW1021)	5/10-26/10	六	9:00-11:00	上環體育館	8+	2	26/8	📄 i
-------------------	------------	---	------------	-------	----	---	------	-----

智障人士日營

40542934 (CW1017)	19/10	六	9:30-16:00	曹公潭戶外康樂中心	8+	12	26/8	📄 i
-------------------	-------	---	------------	-----------	----	----	------	-----

自閉症人士宿營

40542935 (CW1018)	26/10-27/10	六,日	13:00-13:00	鯉魚門公園及度假村	8-18	10	26/8	📄 i
-------------------	-------------	-----	-------------	-----------	------	----	------	-----

自閉症 / 智障人士運動攀登同樂日

40542937 (CW1020)	26/10	六	11:00-13:00	順利村體育館	12+	4	26/8	📄 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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	----------

第一階段 - 長者游泳訓練班

40542910 (CW0993)	14/10-4/11	一,三,五	19:00-20:00	中山紀念公園游泳池	16	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	------------	-------	-------------	-----------	----	----------------------------	---

長者徒手健體訓練班

40542843 (CW0925)	11/10-15/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	上環體育館	30	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	-------------------------------	-------	-----------	-------	----	----------------------------	---

40542873 (CW0955)	8/10-21/11	二,四	7:00-8:00	石塘咀體育館	30	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	----------------------------	---

40542874 (CW0956)	8/10-21/11	二,四	8:00-9:00	石塘咀體育館	30	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	----------------------------	---

40542895 (CW0977)	25/10-29/11 (1/11,8/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	士美非路體育館	50	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	------------------------------	-------	-----------	---------	----	----------------------------	---

40542896 (CW0978)	25/10-29/11 (1/11,8/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	士美非路體育館	50	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	------------------------------	-------	------------	---------	----	----------------------------	---

長者社交舞訓練班

40542863 (CW0945)	10/10-12/12	四	9:00-11:00	中山紀念公園體育館	30	20/8-26/8 (10/9) {30/9}	✉
-------------------	-------------	---	------------	-----------	----	----------------------------	---

活力長者計劃- 室內短墊滾球匯紋

40542900 (CW0982)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	9:30-10:30	士美非路體育館	28	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------------------	-------	------------	---------	----	------------	------

活力長者計劃 - 乒乓球自習

40542820 (CW0900)	4/10-25/10	五	8:00-10:00	香港公園體育館	18	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	------------	---------	----	------------	------

活力長者計劃- 乒乓球匯紋

40542903 (CW0985)	2/10-30/10	三,五	9:00-10:00	士美非路體育館	28	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	---------	----	------------	------

長者陸上暢遊

40542914 (CW0997)	4/10	五	9:00-16:00	鹿頸鳳坑家樂徑, 大埔, 綠匯學院	90	20/8-26/8 (10/9) {27/9}	✉
-------------------	------	---	------------	-------------------	----	----------------------------	---