


































































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

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
長跑訓練班									
40542706 (WC747)	5/10-7/12	六	16:00-18:00	跑馬地遊樂場	16+	130	40	4/9	 
第一階段成人胸泳訓練班									
40542700 (WC730)	4/10-28/10 (7/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	摩理臣山游泳池	18+	100	16	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
第二階段成人捷泳訓練班									
40542650 (WC731)	4/10-28/10 (7/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	摩理臣山游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
第三階段成人捷泳訓練班									
40542663 (WC733)	9/10-11/11	一,三	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
40542690 (WC739)	10/10-12/11	二,四	12:00-13:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
第三階段成人胸泳訓練班									
40542674 (WC735)	9/10-11/11	一,三	12:00-13:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
40542686 (WC738)	10/10-12/11	二,四	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
背泳訓練班									
40542669 (WC734)	9/10-11/11	一,三	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
40542694 (WC740)	10/10-12/11	二,四	13:00-14:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
蝶泳訓練班									
40542680 (WC736)	9/10-11/11	一,三	13:00-14:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
40542685 (WC737)	10/10-12/11	二,四	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
健體舞訓練班									
40542565 (WC649)	28/10-4/12	一,三	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	24/9	 
40542566 (WC650)	28/10-4/12	一,三	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	24/9	 
40542568 (WC651)	17/10-26/11	二,四	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	16/9	 
40542569 (WC652)	17/10-26/11	二,四	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	16/9	 
40542606 (WC677)	2/10-1/11 (7/10,21/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	駱克道體育館	14+	65	30	5/9	 
40542607 (WC678)	2/10-1/11 (7/10,21/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	駱克道體育館	14+	65	30	5/9	 
兒童舞訓練班									
40542591 (WC669)	5/10-7/12	六	14:00-16:00	港灣道體育館	4-11	60	20	2/9	 
Good Fit 活力計劃									
40542714 (WC752)	10/10-26/11	二,四	12:00-13:00	港灣道體育館	14+	80	25	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
40542716 (WC753)	10/10-26/11	二,四	13:00-14:00	港灣道體育館	14+	80	25	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
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>									
40542618 (WC686)	9/10-8/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	7:00-8:00	駱克道體育館	15+	75	20	@9/9	 
40542620 (WC687)	9/10-8/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	駱克道體育館	15+	75	20	@9/9	 
40542621 (WC688)	9/10-8/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	駱克道體育館	15+	75	20	@9/9	 
40542622 (WC689)	9/10-8/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	10:00-11:00	駱克道體育館	15+	75	20	@9/9	 
40542624 (WC690)	23/10-18/11	一,三,五	15:00-16:00	駱克道體育館	15+	75	20	@23/9	 
40542625 (WC691)	23/10-18/11	一,三,五	16:00-17:00	駱克道體育館	15+	75	20	@23/9	 
40542627 (WC692)	23/10-18/11	一,三,五	17:00-18:00	駱克道體育館	15+	75	20	@23/9	 
40542628 (WC693)	9/10-18/11	一,三	18:00-19:00	駱克道體育館	15+	75	20	@11/9	 
40542631 (WC694)	9/10-18/11	一,三	19:00-20:00	駱克道體育館	15+	75	20	@11/9	 
40542632 (WC695)	9/10-18/11	一,三	20:00-21:00	駱克道體育館	15+	75	20	@11/9	 
40542633 (WC696)	10/10-19/11	二,四	7:00-8:00	駱克道體育館	15+	75	20	@10/9	 
40542635 (WC697)	10/10-19/11	二,四	8:00-9:00	駱克道體育館	15+	75	20	@10/9	 
40542636 (WC698)	10/10-19/11	二,四	12:00-13:00	駱克道體育館	15+	75	20	@10/9	 
40542638 (WC699)	10/10-19/11	二,四	13:00-14:00	駱克道體育館	15+	75	20	@10/9	 
40542639 (WC700)	29/10-5/12	二,四	18:00-19:00	駱克道體育館	15+	75	20	@26/9	 
40542640 (WC701)	29/10-5/12	二,四	19:00-20:00	駱克道體育館	15+	75	20	@26/9	 
40542642 (WC702)	29/10-5/12	二,四	20:00-21:00	駱克道體育館	15+	75	20	@26/9	 
40542643 (WC703)	29/10-5/12	二,四	21:00-22:00	駱克道體育館	15+	75	20	@26/9	 
普及體操訓練班									
40542564 (WC648)	17/10-19/11	二,四	14:00-16:00	港灣道體育館	6+	54	20	19/8-25/8 (4/9)(25/9)	
水中健體訓練班									

40542697 (WC741)	17/10-3/12	二,四	7:00-8:00	摩理臣山游泳池	14+	80	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542699 (WC742)	17/10-3/12	二,四	8:00-9:00	摩理臣山游泳池	14+	80	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542701 (WC743)	17/10-3/12	二,四	9:00-10:00	摩理臣山游泳池	14+	80	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
爵士舞訓練班									
40542590 (WC668)	8/10-10/12	二	10:00-12:00	港灣道體育館	12+	70	25	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
社交舞訓練班									
40542587 (WC666)	2/10-18/11 (7/10,14/10,28/10,11/11)除外	一,三	10:00-12:00	港灣道體育館	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542687 (WC723)	10/10-11/11	一,四	15:00-17:00	黃泥涌體育館	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542688 (WC724)	8/10-8/11	二,五	19:00-21:00	黃泥涌體育館	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
太極訓練班									
40542719 (WC755)	29/10-22/2 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	駱克道遊樂場	6+	60	60	30/9	☒ i
黃昏太極班									
40542592 (WC670)	9/10-5/2 (25/12,1/1,24/1,27/1)除外	一,三,五	18:30-19:30	港灣道花園	6+	60	40	3/9	☒ i
瑜珈訓練班									
40542588 (WC667)	5/10-7/12	六	10:00-12:00	港灣道體育館	15+	85	25	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542670 (WC713)	9/10-30/10	一,三,五	14:00-16:00	駱克道體育館	15+	85	40	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542693 (WC727)	4/10-6/11	三,五	14:00-16:00	黃泥涌體育館	15+	85	25	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
正確使用健身室設施簡介會									
40542615 (WC684)	6/10	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	25	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542617 (WC685)	13/10	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	25	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
健步行簡介會									
40542721 (WC757)	13/10	日	9:00-11:00	灣仔公園	6+	免費	20	13/9	☒ i
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									
40542598 (WC673)	20/10	日	10:00-11:00	港灣道體育館	7+	免費	24	19/9	☒
40542599 (WC674)	20/10	日	11:00-12:00	港灣道體育館	7+	免費	24	19/9	☒
40542601 (WC675)	20/10	日	12:00-13:00	港灣道體育館	7+	免費	24	19/9	☒
羽毛球訓練班									
40542570 (WC653)	4/10-8/11 (1/11)除外	三,五	7:00-9:00	港灣道體育館	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542572 (WC654)	4/10-6/11	三,五	18:00-20:00	港灣道體育館	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542614 (WC683)	2/10-6/11 (7/10)除外	一,三	14:00-16:00	駱克道體育館	7+	118	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542678 (WC717)	8/10-8/11	二,五	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7+	118	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
親子(7-17歲)羽毛球訓練班									
40542658 (WC707)	6/10-10/11	日	11:00-13:00	駱克道體育館	7+	73	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
兒童羽毛球訓練班									
40542679 (WC718)	6/10-15/12 (24/11)除外	日	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7-11	118	18	6/9	☒ i
草地滾球訓練班									
40542711 (WC749)	3/10-31/10 (7/10)除外	一,四	9:00-11:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542712 (WC750)	3/10-31/10 (7/10)除外	一,四	9:00-11:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
壁球訓練班									
40542595 (WC672)	2/10-25/10	三,五	7:00-9:00	港灣道體育館	7+	160	12	5/9	☒ i
40542692 (WC726)	20/10-8/12	日	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7+	160	8	19/9	☒ i
網球訓練班									
40542702 (WC744)	23/10-22/11	三,五	9:00-11:00	香港網球中心	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542703 (WC745)	31/10-2/12	一,四	7:00-9:00	香港網球中心	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542704 (WC746)	3/10-7/11 (7/10)除外	一,四	19:00-21:00	香港網球中心	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542713 (WC751)	22/10-21/11	二,四	7:00-9:00	維多利亞公園網球場	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
灣仔區七人足球比賽 2019									
40542205 (WC646)	6/10-3/11	日	9:00-18:00	維多利亞公園足球場	14+	60	16	2/8-16/8 (21/8){11/9}	☒
騎馬同樂日									
40542723 (WC758)	13/10	日	14:00-18:00	鯉魚門公眾騎術學校	6+	75	24	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
外展體趣活動									
40542724 (WC759)	3/10-31/10	二,四	9:30-11:30	太和街遊樂場	不限	免費	450	3/10-31/10	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。

精神病康復者乒乓球訓練班

40542730 (WC762)	10/10-31/10	四	16:00-18:00	駱克道體育館	14+	4	9/9	☒ i
------------------	-------------	---	-------------	--------	-----	---	-----	-----

智障人士旅行

40542728 (WC763)	13/10	日	9:00-17:00	屯門公園爬蟲館/待定	不限	10	12/9	☒ i
------------------	-------	---	------------	------------	----	----	------	-----

肢體傷殘人士旅行

40542708 (WC748)	19/10	六	9:00-17:00	新界西	45+	20	19/9	☒ 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
第一階段長者游泳訓練班							
40542656 (WC732)	4/10-28/10 (7/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	摩理臣山游泳池	16	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
長者八段錦同樂日							
40542576 (WC657)	4/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	4/10	即場報名
40542577 (WC658)	11/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	11/10	即場報名
40542578 (WC659)	18/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	18/10	即場報名
40542579 (WC660)	25/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	25/10	即場報名
長者徒手健體訓練班							
40542681 (WC719)	9/10-13/11 (16/10,6/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	黃泥涌體育館	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542683 (WC720)	9/10-13/11 (16/10,6/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	黃泥涌體育館	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
40542684 (WC721)	9/10-13/11 (16/10,6/11)除外	一,三,五	10:00-11:00	黃泥涌體育館	30	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒
長者清晨徒手健體							
40542717 (WC754)	3/10-31/10	二,四,六	6:00-8:00	寶雲道公園	260	3/10-31/10	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。							
40542652 (WC704)	9/10-8/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	11:00-12:00	駱克道體育館	20	@19/8-25/8 (4/9) {25/9}	☒
長者普及體操同樂日							
40542580 (WC661)	2/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	2/10	即場報名
40542581 (WC662)	9/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	9/10	即場報名
40542582 (WC663)	16/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	16/10	即場報名
40542584 (WC664)	23/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	23/10	即場報名
40542585 (WC665)	30/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	30/10	即場報名
長者康體匯絃 - 室內短墊滾球							
40542575 (WC656)	8/10-29/10	二	9:30-11:30	港灣道體育館	64	8/10-29/10	即場報名
活力長者計劃 - 室內短墊滾球暨乒乓球同樂							
40542691 (WC725)	14/10-28/10	一	8:00-10:00	黃泥涌體育館	36	14/10-28/10	即場報名
長者康體匯絃 - 室內門球							
40542574 (WC655)	3/10-31/10	四	9:30-11:30	港灣道體育館	80	3/10-31/10	即場報名
長者日營							
40542720 (WC756)	10/10	四	9:00-16:00	鯉魚門公園及度假村	96	19/8-25/8 (4/9){25/9}	☒