

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

油尖旺區

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									
40542067 (YM1088)	10/10-12/12	四	19:30-21:30	九龍公園	16+	130	40	4/9	
成人第一階段捷泳訓練班									
40541980 (YM1001)	3/10-24/10	二,四,五	20:00-21:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541981 (YM1002)	3/10-24/10	二,四,五	18:00-19:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541990 (YM1011)	17/10-16/11	四,六	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第一階段胸泳訓練班									
40541982 (YM1003)	10/10-8/11	四,五	14:00-15:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541983 (YM1004)	15/10-15/11	二,五	7:00-8:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541984 (YM1005)	15/10-15/11	二,五	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541986 (YM1007)	31/10-30/11	四,六	7:00-8:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541987 (YM1008)	31/10-29/11	四,五	16:00-17:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第二階段捷泳訓練班									
40541988 (YM1009)	4/10-25/10	二,五,六	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541989 (YM1010)	15/10-15/11	二,五	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541991 (YM1012)	31/10-30/11	四,六	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541992 (YM1013)	31/10-29/11	四,五	17:00-18:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541995 (YM1016)	17/10-16/11	四,六	11:00-12:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第二階段胸泳訓練班									
40541985 (YM1006)	17/10-16/11	四,六	10:00-11:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541993 (YM1014)	3/10-24/10	二,四,五	19:00-20:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541994 (YM1015)	10/10-8/11	四,五	15:00-16:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40541996 (YM1017)	31/10-30/11	四,六	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第三階段捷泳訓練班									
40541997 (YM1018)	10/10-12/11	二,四	20:00-21:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542000 (YM1021)	14/10-13/11	一,三	21:00-22:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第三階段背泳訓練班									
40541999 (YM1020)	14/10-13/11	一,三	20:00-21:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
成人第三階段胸泳訓練班									
40541998 (YM1019)	10/10-12/11	二,四	20:00-21:00	九龍公園游泳池(主池)	18+	100	20	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
健體舞訓練班									
40542024 (YM1045)	2/10-8/11	三,五	15:00-16:00	大角咀體育館(六樓1及2號活動室)	14+	65	30	9/9	
40542025 (YM1046)	2/10-8/11	三,五	16:00-17:00	大角咀體育館(六樓1及2號活動室)	14+	65	30	9/9	
40542026 (YM1047)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	7:30-8:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	11/9	
40542027 (YM1048)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	8:30-9:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	11/9	
40542028 (YM1049)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	9:30-10:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	11/9	
40542029 (YM1050)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	11:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	12/9	
40542030 (YM1051)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	12:00-13:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	12/9	
40542031 (YM1052)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	12/9	
40542032 (YM1053)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	18:00-19:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	12/9	
40542033 (YM1054)	3/10-14/11 (8/10)除外	二,四	19:00-20:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	12/9	
40542034 (YM1055)	11/10-11/11 (6/11,8/11)除外	一,三,五	18:00-19:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	9/9	
40542035 (YM1056)	11/10-11/11 (6/11,8/11)除外	一,三,五	19:00-20:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	9/9	
40542036 (YM1057)	15/10-12/11 (7/11)除外	二,四,六	7:00-8:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	11/9	
40542037 (YM1058)	15/10-12/11 (7/11)除外	二,四,六	8:00-9:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	11/9	
40542038 (YM1059)	15/10-12/11 (7/11)除外	二,四,六	9:00-10:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	65	20	11/9	
兒童舞訓練班									
40542127 (YM1141)	12/10-14/12	六	15:00-17:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	4-11	60	20	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542129 (YM1142)	13/10-15/12	日	10:00-12:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	4-11	60	20	5/9	
中國舞訓練班									
40542051 (YM1072)	16/10-18/12	三	18:00-20:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	12+	45	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
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>									
40542015 (YM1036)	17/10-26/11	二,四	8:00-9:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	
40542016 (YM1037)	17/10-26/11	二,四	9:00-10:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	
40542017 (YM1038)	17/10-26/11	二,四	18:00-19:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	

40542018 (YM1039)	17/10-26/11	二,四	19:00-20:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	
40542019 (YM1040)	17/10-26/11	二,四	20:00-21:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	
40542020 (YM1041)	17/10-26/11	二,四	21:00-22:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@10/9	
40542021 (YM1042)	18/10-27/11	三,五	7:00-8:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@18/9	
40542022 (YM1043)	18/10-27/11	三,五	8:00-9:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@18/9	
40542023 (YM1044)	18/10-27/11	三,五	9:00-10:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@18/9	
40542957 (YM1161)	25/10-4/12	三,五	17:00-18:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@20/9	
40542958 (YM1162)	25/10-4/12	三,五	18:00-19:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@20/9	
40542959 (YM1163)	25/10-4/12	三,五	19:00-20:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@20/9	
40542960 (YM1164)	29/10-5/12	二,四	7:00-8:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542962 (YM1165)	29/10-5/12	二,四	8:00-9:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542963 (YM1166)	29/10-5/12	二,四	9:00-10:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542964 (YM1167)	29/10-5/12	二,四	17:00-18:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542965 (YM1168)	29/10-5/12	二,四	18:00-19:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542966 (YM1169)	29/10-5/12	二,四	19:00-20:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	
40542967 (YM1170)	29/10-5/12	二,四	20:00-21:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	75	30	@24/9	

水中健體訓練班

40542001 (YM1022)	4/10-21/11	四,五	14:00-15:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542002 (YM1023)	4/10-21/11	四,五	15:00-16:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542003 (YM1024)	17/10-30/11	四,六	10:00-11:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542004 (YM1025)	17/10-30/11	四,六	11:00-12:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542005 (YM1026)	31/10-29/11	二,四,五	18:00-19:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542006 (YM1027)	31/10-29/11	二,四,五	19:00-20:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542007 (YM1028)	31/10-29/11	二,四,五	20:00-21:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	16/8-20/8 (28/8){17/9}	

爵士舞訓練班

40542039 (YM1060)	5/10-7/12	六	18:00-20:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	12+	70	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542040 (YM1061)	9/10-11/11	一,三	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	12+	70	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542066 (YM1087)	13/10-15/12	日	10:00-12:00	大角咀體育館(六樓1及2號活動室)	12+	70	30	5/9	

現代舞訓練班

40542052 (YM1073)	6/10-8/12	日	10:00-12:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	12+	70	30	5/9	
40542053 (YM1074)	6/10-8/12	日	16:00-18:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	12+	70	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542054 (YM1075)	19/10-21/12	六	10:00-12:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	12+	70	20	5/9	

社交舞訓練班

40542042 (YM1063)	2/10-1/11	三,五	9:00-11:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542043 (YM1064)	3/10-5/11	二,四	15:00-17:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542044 (YM1065)	3/10-5/12	四	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542045 (YM1066)	6/10-8/12	日	10:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542046 (YM1067)	10/10-12/11	二,四	10:00-12:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542047 (YM1068)	11/10-12/11	二,五	20:00-22:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	86	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542048 (YM1069)	10/10-12/12	四	18:00-20:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	86	20	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542049 (YM1070)	11/10-13/11	三,五	20:00-22:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	86	20	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542050 (YM1071)	12/10-21/12 (7/12)除外	六	19:00-21:00	九龍公園體育館(舞蹈室)	14+	86	20	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542968 (YM1171)	3/10-7/11 (7/10)除外	一,四	20:00-22:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	14+	86	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	

太極訓練班

40542095 (YM1116)	8/10-1/2 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	界限街體育館正門空地	6+	60	40	6/9	
-------------------	---------------------------------	-------	-----------	------------	----	----	----	-----	--

簡易太極班

40542096 (YM1117)	6/10-22/12	日	8:30-9:30	九龍公園雕塑廊	6+	54	30	6/9	
40542097 (YM1118)	6/10-22/12	日	9:30-10:30	九龍公園雕塑廊	6+	54	30	6/9	

黃昏太極訓練班

40538234 (YM0948)	18/10-12/2 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	17:00-18:00	界限街一號體育館正門空地	6+	60	50	19/9	
-------------------	----------------------------------	-------	-------------	--------------	----	----	----	------	--

瑜伽訓練班

40542055 (YM1076)	2/10-1/11	三,五	20:00-22:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	15+	85	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542056 (YM1077)	8/10-10/12	二	19:00-21:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542057 (YM1078)	15/10-17/12	二	14:00-16:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542058 (YM1079)	15/10-17/12	二	16:00-18:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542059 (YM1080)	16/10-20/11 (6/11)除外	一,三	20:00-22:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542060 (YM1081)	17/10-19/12	四	14:00-16:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542061 (YM1082)	17/10-19/12	四	16:00-18:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542062 (YM1083)	18/10-27/11 (6/11,8/11)除外	三,五	18:00-20:00	九龍公園體育館(二樓活動室)	15+	85	25	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
40542063 (YM1084)	25/10-27/11	三,五	10:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	

正確使用健身室設施簡介會

40542008 (YM1029)	4/10	五	19:00-22:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	免費	25	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542010 (YM1031)	6/10	日	10:00-13:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
40542011 (YM1032)	15/10	二	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	16/8-20/8 (28/8){17/9}	

正確使用健身室設施簡介會(英語授課)

40542013 (YM1034)	12/10	六	14:00-17:00	官涌體育館(五樓健身室)	15+	免費	25	16/8-20/8 (28/8){17/9}	
-------------------	-------	---	-------------	--------------	-----	----	----	------------------------	--

壓力處理與鬆弛技巧訓練班

40542069 (YM1090)	4/10-20/11	三,五	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542070 (YM1091)	4/10-20/11	三,五	12:00-13:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40542124 (YM1140)	6/10	日	15:00-16:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	免費	24	13/9	☒
40542125 (YM1177)	6/10	日	16:00-17:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	免費	24	13/9	☒
40542126 (YM1178)	6/10	日	17:00-18:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	免費	24	13/9	☒

羽毛球訓練班

40542072 (YM1093)	2/10-1/11	三,五	19:00-21:00	大角咀體育館(七樓主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542073 (YM1094)	2/10-11/11 (7/10,6/11)除外	一,三	19:00-21:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542074 (YM1095)	4/10-8/11 (7/10)除外	一,五	18:00-20:00	界限街??號體育館(主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542075 (YM1096)	4/10-5/11	二,五	19:00-21:00	官涌體育館(六樓主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542076 (YM1097)	8/10-10/12	二	7:00-9:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542077 (YM1098)	10/10-14/11 (7/11)除外	二,四	9:00-11:00	九龍公園體育館(主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542078 (YM1099)	10/10-12/11	二,四	7:00-9:00	花園街體育館(十三樓主場)	7+	118	18	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542079 (YM1100)	26/10-28/12	六	14:00-16:00	界限街二號體育館(主場)	7+	118	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40542123 (YM1139)	12/10-16/11	六	10:00-12:00	九龍公園體育館(主場)	7+	73	24	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
-------------------	-------------	---	-------------	-------------	----	----	----	------------------------	---

第二階段初級劍擊訓練班

40542065 (YM1086)	13/10-1/12	日	18:00-20:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	9+	100	20	9/9	☒ i
-------------------	------------	---	-------------	----------------	----	-----	----	-----	-----

壁球訓練班

40542082 (YM1103)	3/10-31/10 (7/10)除外	一,四	19:00-21:00	花園街體育館(十一樓壁球室)	7+	160	12	6/9	☒ i
40542083 (YM1104)	21/10-13/11	一,三	7:00-9:00	官涌體育館(五樓壁球室)	7+	160	12	6/9	☒ i

乒乓球訓練班

40542080 (YM1101)	4/10-6/12	五	9:00-11:00	官涌體育館(五樓2號活動室)	14+	86	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
40542081 (YM1102)	24/10-26/11	二,四	19:00-21:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	14+	86	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒

少年乒乓球訓練班

40542130 (YM1143)	5/10-7/12	六	14:00-16:00	官涌體育館(五樓2號活動室)	10-13	86	24	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
-------------------	-----------	---	-------------	----------------	-------	----	----	-----------------------	---

網球訓練班

40542084 (YM1105)	3/10-5/11	二,四	19:00-21:00	櫻桃街公園網球場	8+	170	12	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
40542085 (YM1106)	8/10-7/11	二,四	7:00-9:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
40542086 (YM1107)	9/10-8/11	三,五	9:00-11:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
40542087 (YM1108)	14/10-13/11	一,三	19:00-21:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	18	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒

圍棋訓練班 (第一階段)

40542064 (YM1085)	5/10-9/11	六	14:30-16:30	花園街體育館(十二樓3號活動室)	6+	40	20	23/8-27/8 (4/9){24/9}	☒
-------------------	-----------	---	-------------	------------------	----	----	----	-----------------------	---

***油尖旺區籃球比賽--女子公開組**

40541977 (QYM0998)	13/10-20/10	日	8:00-18:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	60	8	6/8-16/8 (23/8){16/9}	☒
--------------------	-------------	---	------------	--------------	-----	----	---	-----------------------	---

***油尖旺區籃球比賽--男成**

40541978 (QYM0999)	13/10-20/10	日	8:00-18:00	大角咀體育館(七樓主場)	18+	60	8	6/8-16/8 (23/8){16/9}	☒
--------------------	-------------	---	------------	--------------	-----	----	---	-----------------------	---

***油尖旺區籃球比賽--男青**

40541979 (QYM1000)	13/10-20/10	日	8:00-18:00	大角咀體育館(七樓主場)	12-17	60	8	6/8-16/8 (23/8){16/9}	☒
--------------------	-------------	---	------------	--------------	-------	----	---	-----------------------	---

***油尖旺區五人足球比賽2018**

40539422 (YM0991)	6/10	日	9:00-19:00	麥花臣遊樂場(小型足球場)	14+	100	8	1/8-9/8 (15/8){4/9}	☒
-------------------	------	---	------------	---------------	-----	-----	---	---------------------	---

行山樂

40542121 (YM1138)	20/10	日	9:00-16:00	A1: 金督馳馬到大潭	6+	40	48	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
-------------------	-------	---	------------	-------------	----	----	----	------------------------	---

騎馬同樂日

40542098 (YM1119)	20/10	日	15:00-17:00	鯉魚門公眾騎術學校	6+	75	24	5/9	☒ i
-------------------	-------	---	-------------	-----------	----	----	----	-----	-----

初級野外定向訓練班

40542068 (YM1089)	10/10-20/10	四,日	19:30-21:30	九龍公園	12+	75	30	10/9	☒ i
-------------------	-------------	-----	-------------	------	-----	----	----	------	-----

運動攀登同樂日

40542071 (YM1092)	6/10	日	9:00-12:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	免費	60	6/9	☒ i
-------------------	------	---	------------	--------------	-----	----	----	-----	-----

功夫閣

40542091 (YM1112)	6/10	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	6/10	即場報名
40542092 (YM1113)	13/10	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	13/10	即場報名
40542093 (YM1114)	20/10	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	20/10	即場報名
40542094 (YM1115)	27/10	日	14:30-16:30	九龍公園雕塑廊	不限	免費	500	27/10	即場報名

清晨觀鳥匯敘

40542090 (YM1111)	4/10-25/10	五	7:30-9:30	九龍公園拱廊(集合)	不限	免費	20	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	-----------	------------	----	----	----	------------	------

社區園圃計劃

40542088 (YM1109)	12/10-8/2	六	14:30-17:30	文昌街社區園圃(園圃第B, D, F, H行)	12+	400	40	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒
40542089 (YM1110)	13/10-9/2	日	14:30-17:30	文昌街社區園圃(園圃第A, C, E, G, J行)	12+	400	50	16/8-20/8 (28/8){17/9}	☒

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。

視障人士瑜伽訓練計劃

40542141 (YM1153)	4/10-25/10	五	10:00-12:00	官涌體育館(舞蹈室)	15+	3	2/9	 
-------------------	------------	---	-------------	------------	-----	---	-----	---

精神病康復者正確使用健身室設施簡介會

40542131 (YM1144)	15/10	二	14:00-17:00	大角咀體育館	15+	2	2/9	 
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	---	-----	---

長期病患者水中健體訓練計劃

40542132 (YM1145)	3/10-21/11	四	12:00-13:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	4	2/9	 
-------------------	------------	---	-------------	--------------	-----	---	-----	---

40542133 (YM1146)	3/10-21/11	四	13:00-14:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	4	2/9	 
-------------------	------------	---	-------------	--------------	-----	---	-----	---

長期病患者身心伸展訓練班

40535786 (YM0817)	2/10-6/11	三	20:00-21:30	花園街體育館(活動室)	15+	20	16/8	 
-------------------	-----------	---	-------------	-------------	-----	----	------	---

智障人士飛盤同樂日

40542139 (YM1151)	18/10	五	10:00-11:30	官涌體育館(六樓主場)	8+	4	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
----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

長者第一階段游泳訓練班

40542099 (YM1120)	4/10-25/10	二,五,六	7:00-8:00	九龍公園游泳池(訓練池)	16	16/8-20/8 (28/8) {17/9}	
-------------------	------------	-------	-----------	--------------	----	----------------------------	---

長者第二階段游泳訓練班

40542100 (YM1121)	4/10-25/10	二,五,六	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	20	16/8-20/8 (28/8) {17/9}	
-------------------	------------	-------	-----------	--------------	----	----------------------------	---

長者康體匯紋 - 八段錦

40542106 (YM1125)	2/10-30/10 (7/10,21/10)除外	一,三,五	7:00-9:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	30	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------------------------	-------	-----------	-----------------	----	------------	------

40542107 (YM1126)	15/10-29/10	二	8:00-9:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	15/10-29/10	即場報名
-------------------	-------------	---	-----------	----------------	----	-------------	------

40542108 (YM1127)	15/10-29/10	二	9:00-10:00	官涌體育館(五樓1號活動室)	30	15/10-29/10	即場報名
-------------------	-------------	---	------------	----------------	----	-------------	------

長者康體匯紋 - 徒手健體

40542103 (YM1123)	3/10-31/10 (8/10)除外	二,四	14:00-15:00	花園街體育館(10樓2號活動室)	45	3/10-31/10	即場報名
-------------------	------------------------	-----	-------------	------------------	----	------------	------

40542110 (YM1128)	4/10-25/10	五	8:00-9:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	30	4/10-25/10	即場報名
-------------------	------------	---	-----------	--------------	----	------------	------

40542111 (YM1129)	4/10-25/10	五	9:00-10:00	官涌體育館(六樓舞蹈室)	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。

40542102 (YM1122)	17/10-26/11	二,四	10:00-11:00	花園街體育館(十樓健身室)	30	@23/8-27/8 (4/9) {24/9}	
-------------------	-------------	-----	-------------	---------------	----	----------------------------	---

長者康體匯紋 - 太極

40542104 (YM1124)	6/10-27/10	日	7:00-8:00	九龍公園榕樹園	140	6/10-27/10	即場報名
-------------------	------------	---	-----------	---------	-----	------------	------

長者康體匯紋 - 羽毛球同樂

40542112 (YM1130)	3/10-31/10	二,四	8:00-10:00	大角咀體育館(七樓主場)	24	3/10-31/10	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------------	----	------------	------

長者康體匯紋 - 室內短墊滾球

40542113 (YM1131)	2/10-30/10	三	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	20	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------	---	------------	-------------	----	------------	------

長者康體匯紋 - 乒乓球

40542114 (YM1132)	2/10-30/10	三	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	20	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------	---	------------	-------------	----	------------	------

40542115 (YM1133)	4/10-29/10	二,五	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	24	4/10-29/10	即場報名
-------------------	------------	-----	-----------	--------------	----	------------	------

活力長者計劃 - 門球

40542116 (YM1134)	3/10-31/10	四	9:30-11:30	官涌體育館(六樓主場)	16	3/10-31/10	即場報名
-------------------	------------	---	------------	-------------	----	------------	------

40542117 (YM1135)	2/10-30/10	三	7:00-9:00	界限街二號體育館(主場)	20	2/10-30/10	即場報名
-------------------	------------	---	-----------	--------------	----	------------	------

長者日營

40542119 (YM1136)	9/10	三	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	96	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
-------------------	------	---	------------	-----------	----	-----------------------	---

長者旅行

40542120 (YM1137)	17/10	四	9:00-17:00	文山公園、大埔墟市集、海濱公園、車公廟	96	23/8-27/8 (4/9){24/9}	
-------------------	-------	---	------------	---------------------	----	-----------------------	---