

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

九龍城區

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
<b>長跑訓練班</b>									
40541472 (KC0812)	5/10-7/12	六	15:00-17:00	九龍仔公園及運動場	16+	130	40	4/9	 
40541474 (KC0813)	13/10-15/12	日	8:00-10:00	九龍仔公園及運動場	16+	130	40	4/9	 
<b>健體舞訓練班</b>									
40541477 (KC0814)	11/10-13/11 (14/10,28/10,11/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	佛光街體育館	14+	65	30	12/9	 
40541478 (KC0815)	11/10-13/11 (14/10,28/10,11/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	佛光街體育館	14+	65	30	12/9	 
40541479 (KC0816)	14/10-13/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	14:00-15:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	12/9	 
40541480 (KC0817)	14/10-13/11 (21/10,4/11)除外	一,三,五	15:00-16:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	12/9	 
40541481 (KC0818)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	18:00-19:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	3/9	 
40541482 (KC0819)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	19:00-20:00	土瓜灣體育館	14+	65	30	3/9	 
40541483 (KC0820)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	19:00-20:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	3/9	 
40541484 (KC0821)	2/10-30/10 (7/10)除外	一,三,五	18:00-19:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	3/9	 
40541485 (KC0822)	17/10-12/11	二,四,六	8:00-9:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	9/9	 
40541486 (KC0823)	17/10-12/11	二,四,六	9:00-10:00	紅磡市政大廈體育館	14+	65	30	9/9	 
<b>兒童舞訓練班</b>									
40541512 (KC0846)	12/10-14/12	六	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	4-11	60	20	9/9	 
40541513 (KC0847)	20/10-5/1 (24/11,1/12)除外	日	10:00-12:00	九龍城體育館	4-11	60	20	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
<b>中國舞訓練班</b>									
40541506 (KC0840)	5/10-7/12	六	13:00-15:00	佛光街體育館	12+	45	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
<b>器械健體訓練班</b>									
<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>									
40541487 (KC0824)	15/10-21/11	二,四	12:00-13:00	佛光街體育館	15+	75	20	@10/9	 
40541489 (KC0825)	15/10-21/11	二,四	13:00-14:00	佛光街體育館	15+	75	20	@10/9	 
40541490 (KC0826)	15/10-9/11	二,四,六	8:00-9:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@10/9	 
40541491 (KC0827)	15/10-9/11	二,四,六	9:00-10:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@10/9	 
40541492 (KC0828)	15/10-9/11	二,四,六	10:00-11:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@10/9	 
40541493 (KC0829)	28/10-22/11	一,三,五	18:00-19:00	佛光街體育館	15+	75	20	@16/9	 
40541494 (KC0830)	28/10-22/11	一,三,五	19:00-20:00	佛光街體育館	15+	75	20	@16/9	 
40541495 (KC0831)	28/10-22/11	一,三,五	20:00-21:00	佛光街體育館	15+	75	20	@16/9	 
40541496 (KC0832)	3/10-29/10	二,四,六	9:00-10:00	佛光街體育館	15+	75	20	@5/9	 
40541498 (KC0833)	3/10-29/10	二,四,六	10:00-11:00	佛光街體育館	15+	75	20	@5/9	 
40541499 (KC0834)	3/10-29/10	二,四,六	15:00-16:00	佛光街體育館	15+	75	20	@5/9	 
40541500 (KC0835)	22/10-28/11	二,四	18:00-19:00	佛光街體育館	15+	75	20	@24/9	 
40541501 (KC0836)	22/10-28/11	二,四	19:00-20:00	佛光街體育館	15+	75	20	@24/9	 
40541503 (KC0837)	22/10-28/11	二,四	18:00-19:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@24/9	 
40541504 (KC0838)	22/10-28/11	二,四	19:00-20:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@24/9	 
40541505 (KC0839)	22/10-28/11	二,四	20:00-21:00	土瓜灣體育館	15+	75	20	@24/9	 
<b>爵士舞訓練班</b>									
40541511 (KC0845)	2/10-4/12	三	19:00-21:00	佛光街體育館	12+	70	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
<b>兒童柔道訓練班</b>									
40541542 (KC0874)	19/10-21/12	六	15:00-17:00	紅磡市政大廈體育館	6-11	65	30	16/8-22/8 (29/8){23/9}	
<b>社交舞訓練班</b>									
40541509 (KC0843)	29/10-28/11	二,四	19:00-21:00	土瓜灣體育館	14+	86	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
40541510 (KC0844)	2/10-6/11 (7/10)除外	一,三	15:00-17:00	佛光街體育館	14+	86	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
<b>太極同樂日</b>									
40541557 (KC0886)	12/10	六	14:00-17:00	啟晴邨中央公園舞台	6+	免費	50	12/10	即場報名
<b>簡易太極班</b>									
40541535 (KC0869)	6/10-22/12	日	7:00-8:00	紅磡市政大廈體育館	6+	54	30	4/9	 
<b>西方土風舞訓練班</b>									
40541507 (KC0841)	12/10-14/12	六	9:00-11:00	佛光街體育館	8+	45	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
40541508 (KC0842)	6/10-22/12 (24/11,1/12)除外	日	10:00-12:00	土瓜灣體育館	8+	45	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	
<b>瑜伽訓練班</b>									

40541514 (KC0848)	29/10-31/12	二	14:00-16:00	佛光街體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
40541517 (KC0849)	31/10-3/12	二,四	10:00-12:00	土瓜灣體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
40541519 (KC0850)	29/10-28/11	二,四	15:00-17:00	土瓜灣體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
40541520 (KC0851)	8/10-10/12	二	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
40541522 (KC0852)	11/10-13/12	五	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
40541523 (KC0853)	3/10-5/11	二,四	19:00-21:00	紅磡市政大廈體育館	15+	85	30	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒

#### 正確使用健身室設施簡介會

40541549 (KC0881)	11/10	五	9:00-12:00	土瓜灣體育館	15+	免費	25	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
40541550 (KC0882)	21/10	一	14:00-17:00	佛光街體育館	15+	免費	25	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒

#### 正確使用健身室設施簡介會(A班)

40541551 (KC0883)	19/10	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	----	------------------------	---

#### 正確使用健身室設施簡介會(B班)

40541553 (KC0884)	19/10	六	14:00-17:00	何文田體育館	15+	免費	25	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	----	------------------------	---

#### 健步行簡介會

40541546 (KC0878)	20/10	日	16:00-18:00	九龍寨城公園及賈炳達公園	6+	免費	40	3/9	☒ i
-------------------	-------	---	-------------	--------------	----	----	----	-----	-----

#### 身心伸展訓練班

40541524 (KC0854)	10/10-19/11	二,四	10:00-11:00	九龍城體育館	15+	85	24	6/9	☒ i
40541525 (KC0855)	10/10-19/11	二,四	11:00-12:00	九龍城體育館	15+	85	24	6/9	☒ i

#### 羽毛球訓練班

40541471 (KC0864)	11/10-13/11	三,五	19:00-21:00	紅磡市政大廈體育館	7+	118	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
40541668 (KC0865)	11/10-13/11	三,五	9:00-11:00	九龍城體育館	7+	118	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
40541669 (KC0866)	15/10-14/11	二,四	19:00-21:00	九龍城體育館	7+	118	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒

#### 親子(7-17)羽毛球訓練班

40541670 (KC0867)	6/10-10/11	日	10:00-12:00	九龍城體育館	7+	73	24	6/9	☒ i
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	----	----	-----	-----

#### 室內短墊滾球同樂日

40541558 (KC0887)	5/10	六	10:30-12:30	九龍城體育館	8+	免費	16	5/10	☒
-------------------	------	---	-------------	--------	----	----	----	------	---

#### 室內短墊滾球訓練班

40541539 (KC0872)	19/10-7/12	六	10:30-12:30	九龍城體育館	8+	54	8	6/9	☒ i
40541540 (KC0873)	19/10-7/12	六	10:30-12:30	九龍城體育館	8+	54	8	6/9	☒ i

#### 壁球訓練班

40541672 (KC0868)	5/10-23/11	六	9:00-11:00	紅磡市政大廈體育館	7+	160	12	6/9	☒ i
-------------------	------------	---	------------	-----------	----	-----	----	-----	-----

#### 乒乓球訓練班

40541530 (KC0860)	17/10-19/11	二,四	7:00-9:00	九龍城體育館	6+	86	24	18/9	☒ i
40541531 (KC0861)	13/10-5/1 (24/11,1/12,8/12)除外	日	10:00-12:00	何文田體育館	6+	86	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
40541532 (KC0862)	13/10-5/1 (24/11,1/12,8/12)除外	日	8:00-10:00	何文田體育館	6+	86	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒

#### 乒乓球進階班

40541534 (KC0863)	14/10-4/11	一,三,五	18:00-20:00	何文田體育館	6+	86	24	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
-------------------	------------	-------	-------------	--------	----	----	----	------------------------	---

#### 網球訓練班

40541527 (KC0857)	13/10-15/12	日	7:00-9:00	九龍仔公園香港網球中心	8+	170	12	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
40541528 (KC0858)	22/10-22/11	二,五	7:00-9:00	聯合道公園網球場	8+	170	18	18/9	☒ i
40541529 (KC0859)	21/10-11/11	一,三,五	10:00-12:00	何文田體育館網球場	8+	170	12	18/9	☒ i

#### 網球進階班

40541526 (KC0856)	13/10-15/12	日	15:00-17:00	天光道網球場	8+	170	12	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
-------------------	-------------	---	-------------	--------	----	-----	----	------------------------	---

#### 圍棋訓練班(第二階段)

40541543 (KC0875)	20/10-8/12 (24/11,1/12)除外	日	16:00-18:00	九龍城體育館	6+	40	20	6/9	☒ i
-------------------	------------------------------	---	-------------	--------	----	----	----	-----	-----

#### 普及健體運動-行山樂

40541536 (KC0870)	20/10	日	9:00-17:00	榕北出走趕雞公	6+	40	48	16/8-22/8 (29/8){19/9}	☒
-------------------	-------	---	------------	---------	----	----	----	------------------------	---

#### 體趣嘉年華暨舞蹈同樂日

40541544 (KC0876)	13/10	日	15:00-16:00	九龍寨城公園(六藝臺)	不限	免費	450	13/10	即場報名
40541547 (KC0879)	12/10	六	15:00-17:00	啟德跑道公園	不限	免費	500	12/10	即場報名
40541574 (KC0892)	19/10	六	14:00-17:00	亞皆老街遊樂場	不限	免費	1500	19/10	即場報名

#### 社區園圃計劃

40541538 (KC0871)	28/10-2/3	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	九龍仔公園	12+	400	30	16/8-22/8 (29/8){23/9}	☒
-------------------	-----------	---------------	------------	-------	-----	-----	----	------------------------	---

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。

#### 聽障人士體能測試

40541601 (KC0901)	5/10	六	10:00-13:00	何文田體育館	15+	8	2/9	☒ i
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	---	-----	-----

#### 聽障人士社交舞訓練計劃

40541578 (KC0894)	11/10-22/10	二,五	19:00-21:00	紅磡市政大廈體育館	14+	2	2/9	☒ i
-------------------	-------------	-----	-------------	-----------	-----	---	-----	-----

<b>智障人士武術訓練計劃</b>								
40541603 (KC0904)	5/10-26/10	六	10:00-12:00	紅磡市政大廈體育館	6+	2	2/9	
<b>精神病康復者社交舞訓練計劃</b>								
40541575 (KC0893)	8/10-29/10	二	14:00-16:00	何文田體育館	14+	5	2/9	
<b>精神病康復者戶外草地滾球日訓練計劃</b>								
40541602 (KC0903)	10/10-31/10	四	14:30-16:30	坑口文曲里公園	8+	2	2/9	
<b>智障人士日營</b>								
40541590 (KC0895)	11/10	五	10:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	16	2/9	
40541592 (KC0896)	25/10	五	10:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	16	2/9	
<b>智障人士籃球訓練計劃</b>								
40541674 (KC0902)	28/10-18/11	一	15:00-17:00	佛光街體育館	10+	4	2/9	
<b>智障人士旅行</b>								
40541597 (KC0898)	25/10	五	9:00-16:30	荃灣南豐紗廠,機場展覽中心	不限	28	2/9	
<b>肢體傷殘人士身心伸展訓練班</b>								
40535856 (KC0643)	6/10-10/11	日	16:00-17:30	紅磡市政大廈體育館	15+	20	16/8	
<b>肢體傷殘人士旅行</b>								
40541599 (KC0899)	13/10	日	9:00-16:30	屏山文物徑	不限	20	2/9	
40541600 (KC0900)	20/10	日	10:00-17:00	大嶼山昂坪市集	不限	10	2/9	
<b>長者活動編號(班號)</b> (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	
<b>長者八段錦訓練班</b>								
40541604 (KC0905)	13/10-29/12	日	7:30-8:30	景雲街公園	30	16/8-22/8 (29/8) {23/9}		
<b>長者康體匯紋 - 八段錦</b>								
40541610 (KC0911)	3/10-31/10	四	9:00-11:00	土瓜灣體育館	30	3/10-31/10	即場報名	
40541611 (KC0912)	8/10-29/10	二	9:00-10:00	佛光街體育館	25	8/10-29/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 長者健體</b>								
40541616 (KC0916)	2/10-30/10	三	8:00-10:00	紅磡市政大廈體育館	30	2/10-30/10	即場報名	
40541617 (KC0917)	2/10-30/10	三	9:00-11:00	土瓜灣體育館	50	2/10-30/10	即場報名	
<b>長者體能測試</b>								
40541626 (KC0926)	2/10	三	9:00-11:00	土瓜灣體育館	60	2/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 舞蹈</b>								
40541620 (KC0920)	14/10-28/10	一	7:00-9:00	紅磡市政大廈體育館	20	14/10-28/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 活力體操</b>								
40541619 (KC0919)	3/10-31/10	四	14:00-16:00	紅磡市政大廈體育館	80	3/10-31/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 東方舞</b>								
40541612 (KC0913)	15/10-29/10	二	9:00-11:00	土瓜灣體育館	90	15/10-29/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 社交舞</b>								
40541613 (KC0914)	4/10-25/10	五	9:00-11:00	土瓜灣體育館	150	4/10-25/10	即場報名	
<b>活力長者計劃 - 羽毛球</b>								
40541615 (KC0915)	15/10-29/10	二	9:00-11:00	九龍城體育館	24	15/10-29/10	即場報名	
<b>活力長者計劃 - 乒乓球</b>								
40541627 (KC0927)	3/10-31/10	四	9:00-11:00	何文田體育館	36	3/10-31/10	即場報名	
40541628 (KC0928)	2/10-30/10	三	9:00-11:00	土瓜灣體育館	36	2/10-30/10	即場報名	
40541629 (KC0929)	3/10-31/10	四	9:00-11:00	土瓜灣體育館	36	3/10-31/10	即場報名	
<b>活力長者計劃 - 美式桌球</b>								
40541630 (KC0930)	4/10-25/10	五	9:00-11:00	何文田體育館	12	4/10-25/10	即場報名	
<b>長者康體匯紋 - 門球</b>								
40541618 (KC0918)	2/10-30/10	三	9:00-11:00	紅磡市政大廈體育館	25	2/10-30/10	即場報名	
<b>長者旅行</b>								
40541605 (KC0906)	9/10	三	9:00-17:00	香港島(tbc)	97	16/8-22/8 (29/8) {23/9}	