

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2019年11月份康樂體育活動一覽表

北區

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
健體舞訓練班									
40545010 (NL1111)	5/11-12/12	二,四	19:00-20:00	龍琛路體育館	14+	65	20	8/10	 
40545011 (NL1112)	5/11-12/12	二,四	20:00-21:00	龍琛路體育館	14+	65	20	8/10	 
40545012 (NL1113)	7/11-19/12 (3/12)除外	二,四	9:00-10:00	龍琛路體育館	14+	65	20	8/10	 
40545013 (NL1114)	7/11-19/12 (3/12)除外	二,四	10:00-11:00	龍琛路體育館	14+	65	20	8/10	 
40545014 (NR1115)	13/11-20/12	三,五	14:00-15:00	保榮路體育館	14+	65	30	8/10	 
40545015 (NR1116)	13/11-20/12	三,五	15:00-16:00	保榮路體育館	14+	65	30	8/10	 
40545016 (NR1117)	18/11-30/12 (25/12)除外	一,三	19:00-20:00	保榮路體育館	14+	65	30	8/10	 
40545017 (NR1118)	18/11-30/12 (25/12)除外	一,三	20:00-21:00	保榮路體育館	14+	65	30	8/10	 
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>									
40545038 (NH1156)	5/11-12/12	二,四	9:00-10:00	聯和墟體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545039 (NH1157)	5/11-12/12	二,四	10:00-11:00	聯和墟體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545040 (NR1158)	6/11-13/12	三,五	9:00-10:00	保榮路體育館	15+	75	30	@14/10	 
40545041 (NR1159)	6/11-13/12	三,五	10:00-11:00	保榮路體育館	15+	75	30	@14/10	 
40545042 (NR1160)	2/11-9/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	保榮路體育館	15+	75	30	@14/10	 
40545043 (NR1161)	2/11-9/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	保榮路體育館	15+	75	30	@14/10	 
40545044 (NW1162)	14/11-10/12	二,四,六	9:00-10:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545045 (NW1163)	14/11-10/12	二,四,六	10:00-11:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545046 (NW1164)	18/11-13/12	一,三,五	14:00-15:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545047 (NW1165)	18/11-13/12	一,三,五	15:00-16:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545048 (NW1166)	20/11-16/12	一,三,五	19:00-20:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545049 (NW1167)	20/11-16/12	一,三,五	20:00-21:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
40545050 (NW1168)	20/11-16/12	一,三,五	21:00-22:00	和興體育館	15+	75	20	@14/10	 
太極訓練班									
40543554 (NX1176)	11/11-9/3 (25/12,1/1,24/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	松柏聖兒童遊樂場側籃球場	8+	60	40	2/10	 
正確使用健身室設施簡介會									
40545020 (NH1121)	10/11	日	15:00-18:00	聯和墟體育館	15+	免費	25	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40545021 (NR1122)	2/11	六	14:00-17:00	保榮路體育館	15+	免費	25	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40545022 (NR1123)	10/11	日	10:00-13:00	保榮路體育館	15+	免費	25	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40545023 (NT1124)	10/11	日	10:00-13:00	天平體育館	15+	免費	20	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40545024 (NT1125)	17/11	日	15:00-18:00	天平體育館	15+	免費	20	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40545025 (NW1126)	9/11	六	14:00-17:00	和興體育館	15+	免費	25	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
身心伸展訓練班									
40545018 (NL1119)	11/11-3/2 (27/1)除外	一	19:00-20:00	龍琛路體育館	15+	85	24	10/10	 
40545019 (NX1120)	11/11-3/2 (27/1)除外	一	20:00-21:00	龍琛路體育館	15+	85	24	10/10	 
乒乓球訓練班									
40546125 (NH1172)	1/11-4/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	6-13	86	24	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
40546126 (NH1173)	2/11-3/12	二,六	20:00-22:00	聯和墟體育館	6-13	86	24	3/10	 
40546127 (NH1174)	4/11-5/12	一,四	19:00-21:00	聯和墟體育館	6-13	86	24	3/10	 
40546128 (NH1175)	5/11-5/12	二,四	10:00-12:00	聯和墟體育館	6-13	86	24	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
網球訓練班									
40526384 (NG1177)	14/11-23/1 (26/12)除外	四	20:00-22:00	北區運動場	14+	170	18	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
運動攀登訓練班									
40546124 (NR1171)	17/11-24/11	日	12:00-18:00	保榮路體育館	12+	40	18	16/9-26/9 (4/10){25/10}	 
露營樂									
40546129 (NX1178)	16/11-17/11	六,日	14:00-14:00	創興水上活動中心	不限	50	44	2/10	
至FIT@公園兒童同樂日									
40546899 (NX1181)	17/11	日	10:00-13:00	北區運動場	不限	免費	800	17/11	

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。

器械健體訓練計劃(長期病患者)

40526469 (NR1129)	7/11-2/1	四	10:00-11:00	保榮路體育館	18+	3	2/10	
-------------------	----------	---	-------------	--------	-----	---	------	--

長期病患人士哥爾夫球同樂日

40526422 (NX1130)	15/11	五	14:00-16:00	屯門哥爾夫球中心	15+	6	2/10	
-------------------	-------	---	-------------	----------	-----	---	------	--

智障及自閉人士日營

40526420 (NX1127)	10/11	日	9:00-17:00	麥理浩夫人渡假村	2-6	12	2/10	
-------------------	-------	---	------------	----------	-----	----	------	--

40526430 (NX1128)	8/11	五	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	6-19	34	2/10	
-------------------	------	---	------------	-----------	------	----	------	--

殘疾人士宿營(智障人士)

40526427 (NX1143)	16/11-17/11	六,日	14:00-14:00	西貢戶外康樂中心	6+	4	2/10	
-------------------	-------------	-----	-------------	----------	----	---	------	--

殘疾人士宿營(輕度至中度智障)

40526418 (NX1142)	2/11-3/11	六,日	14:00-13:00	西貢戶外康樂中心	18+	8	2/10	
-------------------	-----------	-----	-------------	----------	-----	---	------	--

長者活動編號 (班號) <small>(供60歲或以上人士參加，費用全免)</small>	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投表日期 <small>(抽籤日期) {公開後補日期}</small>	報名 方式
--	----	----	----	----	----	---	----------

長者徒手健體訓練班

40545029 (NH1147)	1/11-18/12	三,五	7:00-8:00	聯和墟體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	--

40545030 (NH1148)	1/11-18/12	三,五	8:00-9:00	聯和墟體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	--

40545031 (NH1149)	1/11-18/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	-----------------------------	--

40545032 (NH1150)	1/11-18/12	三,五	10:00-11:00	聯和墟體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-------------	--------	----	-----------------------------	--

40545033 (NR1151)	5/11-24/12	二,四	7:00-8:00	保榮路體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	--

40545034 (NR1152)	5/11-24/12	二,四	8:00-9:00	保榮路體育館	30	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------------	--

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。

40545026 (NH1144)	1/11-11/12	三,五	8:00-9:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-------------------------------	--

40545027 (NH1145)	1/11-11/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	-------------------------------	--

40545028 (NW1146)	14/11-10/12	二,四,六	8:00-9:00	和興體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	-------------	-------	-----------	-------	----	-------------------------------	--

40545026 (NH1144)	1/11-11/12	三,五	8:00-9:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-------------------------------	--

40545027 (NH1145)	1/11-11/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	-------------------------------	--

40545028 (NW1146)	14/11-10/12	二,四,六	8:00-9:00	和興體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	-------------	-------	-----------	-------	----	-------------------------------	--

40545026 (NH1144)	1/11-11/12	三,五	8:00-9:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	-----------	--------	----	-------------------------------	--

40545027 (NH1145)	1/11-11/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	-------------------------------	--

40545028 (NW1146)	14/11-10/12	二,四,六	8:00-9:00	和興體育館	20	@ 16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
-------------------	-------------	-------	-----------	-------	----	-------------------------------	--

40545037 (NH1155)	5/11-28/11	二,四	8:00-10:00	聯和墟體育館	20	5/11-28/11	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	------------	------

40545035 (NW1153)	5/11-26/11	二	13:00-15:00	和興體育館	15	5/11-26/11	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

40545036 (NW1154)	7/11-28/11	四	13:00-15:00	和興體育館	15	7/11-28/11	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

40541027 (NX889)	5/11	二	9:00-17:00	麥理浩夫人渡假村	48	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
------------------	------	---	------------	----------	----	-----------------------------	--

40541027 (NX889)	5/11	二	9:00-17:00	麥理浩夫人渡假村	48	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
------------------	------	---	------------	----------	----	-----------------------------	--

40541027 (NX889)	5/11	二	9:00-17:00	麥理浩夫人渡假村	48	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
------------------	------	---	------------	----------	----	-----------------------------	--

40541033 (NX894)	14/11	四	9:00-17:00	香港	48	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
------------------	-------	---	------------	----	----	-----------------------------	--

40541033 (NX894)	14/11	四	9:00-17:00	香港	48	16/9-26/9 (4/10) {25/10}	
------------------	-------	---	------------	----	----	-----------------------------	--

40546900 (NX1182)	2/11	六	9:00-12:00	粉嶺遊樂場	1000	2/11	即場報名
-------------------	------	---	------------	-------	------	------	------