

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2019年12月份康樂體育活動一覽表

葵青區

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									
40520124 (KWT-1239)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	18:00-19:00	青衣西南體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40520125 (KWT-1240)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-20:00	青衣西南體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40520136 (KWT-1241)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:00-10:00	青衣西南體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40520137 (KWT-1242)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	10:00-11:00	青衣西南體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40520424 (KWT-1243)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	65	16	21/11	☎ i
40520425 (KWT-1244)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	65	16	21/11	☎ i
40532274 (KWT1245)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-20:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40532280 (KWT1246)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-21:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40532284 (KWT1247)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	9:00-10:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40532285 (KWT1248)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	10:00-11:00	大窩口體育館	14+	65	25	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40543591	5/12-16/1 (26/12)除外	一,四	14:00-15:00	長發體育館	14+	65	20	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545781 (1355)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40545785 (1356)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40545792 (1357)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-10:00	荔景體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40545814 (1372)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-11:00	荔景體育館	14+	65	25	21/11	☎ i
40545927	9/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三	13:00-14:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545928	9/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三	14:00-15:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545929	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545930	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545931	11/12-31/1 (25/12,1/1,24/1,29/1)除外	三,五	8:00-9:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40545932	11/12-31/1 (25/12,1/1,24/1,29/1)除外	三,五	9:00-10:00	青衣體育館	14+	65	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40546044	9/12-17/1	一,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	21/11	☎ i
40546045	9/12-17/1	一,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	21/11	☎ i
40546675	2/12-13/1 (26/12)除外	一,四	19:00-20:00	林士德體育館	14+	65	16	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
40546676	2/12-13/1 (26/12)除外	一,四	20:00-21:00	林士德體育館	14+	65	16	22/10-26/10 (6/11){25/11}	☎
八段錦訓練班									
40520285 (KWT-1257)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	80	30	5/11	☎ i
40520476 (KWT-1258)	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:00-10:00	青衣西南體育館	8+	80	30	5/11	☎ i
40520477 (KWT-1259)	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	10:00-11:00	青衣西南體育館	8+	80	30	5/11	☎ 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>									
40520444 (KWT-1262)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@18/11	☎ i
40520445 (KWT-1263)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@18/11	☎ i
40520446 (KWT-1264)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@18/11	☎ i
40520447 (KWT-1265)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@18/11	☎ i
40532289 (KWT1266)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i
40532290 (KWT1267)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i
40532291 (KWT1268)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-10:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/10-22/10 (4/11){19/11}	☎
40532292 (KWT1269)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-11:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/10-22/10 (4/11){19/11}	☎
40532295 (KWT1270)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	20:00-21:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i
40532297 (KWT1271)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	21:00-22:00	大窩口體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i
40543592	5/12-16/1 (26/12)除外	一,四	15:00-16:00	長發體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i
40545819 (1359)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-10:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11	☎ i

40545822 (1360)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-11:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11		
40545824 (1361)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11		
40545858 (1362)	2/12-15/1 (25/12,1/1)除外	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11		
40545859 (1363)	2/12-13/1 (26/12)除外	一,四	9:00-10:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11		
40545860 (1364)	2/12-13/1 (26/12)除外	一,四	10:00-11:00	荔景體育館	15+	75	20	@18/11		
40546042	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@18/11		
40546043	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@18/11		
40546046	8/12-8/3 (22/12,26/1)除外	日	10:00-11:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@18/11		
40546047	8/12-8/3 (22/12,26/1)除外	日	11:00-12:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@18/11		

社交舞訓練班

40543593	10/12-3/3 (24/12,31/12,28/1)除外	二	14:00-16:00	長發體育館	14+	86	26	22/10-26/10 (6/11){25/11}		
40545933	9/12-17/2 (27/1)除外	一	19:00-21:00	青衣體育館	14+	86	30	22/10-26/10 (6/11){25/11}		
40546038	4/12-26/2 (25/12,1/1,29/1)除外	三	14:00-16:00	楓樹窩體育館	14+	86	24	22/10-26/10 (6/11){25/11}		
40546041	5/12-13/2 (26/12)除外	四	19:00-21:00	楓樹窩體育館	14+	86	24	12/11		

太極劍訓練班

40546688	16/12-15/4 (25/12,1/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	興芳路足球場	6+	60	40	22/10-26/10 (6/11){25/11}		
40545923 (1283)	23/12-22/4 (25/12,1/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	青衣公園足球場	6+	60	40	22/10-26/10 (6/11){25/11}		
40546805 (KWT1285)	18/12-17/4 (25/12,1/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:15-8:15	華景山莊	6+	60	40	6/11		

太極拳訓練班

40519297	19/12-14/4	二,四,六	7:00-8:00	葵涌運動場(硬地足球場)	6+	60	40	8/11		
40519298	19/12-14/4	二,四,六	20:00-21:00	葵涌運動場(硬地足球場)	6+	60	40	8/11		
40519299	20/12-24/4	一,三,五	7:00-8:00	葵涌運動場(硬地足球場)	6+	60	40	8/11		
40545921 (1275)	19/12-14/4 (26/12,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	長亨邨近亨翠樓平台	6+	60	40	8/11		
40545922 (1276)	19/12-14/4 (26/12,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	大窩口邨近富國樓籃球場	6+	60	35	8/11		
40546804 (KWT1273)	12/12-9/4 (26/12,25/1,28/1,4/4)除外	二,四,六	18:00-19:00	麗瑤邨貴瑤樓側平台	6+	60	40	8/11		
40546806 (KWT1274)	12/12-9/4 (26/12,25/1,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	石籬一邨石逸樓旁足球場	6+	60	40	8/11		

簡易太極訓練班

40545936	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	14:00-15:00	青衣體育館	6+	54	30	7/11		
40545937	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	15:00-16:00	青衣體育館	6+	54	30	7/11		

瑜伽訓練班

40546048	9/12-17/2 (27/1)除外	一	14:00-16:00	楓樹窩體育館	15+	85	20	22/10-26/10 (6/11){25/11}	
----------	--------------------	---	-------------	--------	-----	----	----	---------------------------	--

正確使用健身室設施簡介會

40532275 (KWT1288)	8/12	日	18:00-21:00	大窩口體育館	15+	免費	25	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
40532288 (KWT1289)	8/12	日	19:00-22:00	大窩口體育館	15+	免費	25	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
40543589	14/12	六	18:00-21:00	長發體育館	15+	免費	25	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
40543590	14/12	六	19:00-22:00	長發體育館	15+	免費	25	18/10-22/10 (4/11){19/11}	

身心伸展訓練班

40520305 (KWT-1260)	13/12-6/3 (24/1)除外	五	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	85	18	22/10-26/10 (6/11){25/11}	
40520306 (KWT-1261)	13/12-6/3 (24/1)除外	五	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	85	18	22/10-26/10 (6/11){25/11}	

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40546689	20/12	五	10:00-11:00	林士德體育館	7+	免費	24	28/11		
40546690	20/12	五	11:00-12:00	林士德體育館	7+	免費	24	28/11		
40546691	20/12	五	12:00-13:00	林士德體育館	7+	免費	24	28/11		

羽毛球訓練班

40532286 (KWT1292)	2/12-6/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	大窩口體育館	7+	118	24	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
40546049	16/12-20/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	楓樹窩體育館(無空調)	7+	118	18	18/10-22/10 (4/11){19/11}	

室內氣手槍射擊同樂日

40549238 (1370)	21/12	六	14:00-15:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	12/11		
40549240 (1371)	21/12	六	15:00-16:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	12/11		

壁球訓練班

40545934	10/12-14/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	青衣體育館	7+	160	12	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
----------	-------------------------------------	-----	-------------	-------	----	-----	----	---------------------------	--

乒乓球訓練班

40545935	9/12-17/2 (27/1)除外	一	19:00-21:00	青衣體育館	6+	86	24	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
40546687	7/12-15/2 (25/1)除外	六	14:00-16:00	林士德體育館	14+	86	24	18/10-22/10 (4/11){19/11}	

室內網球訓練班

40520365 (KWT-1293)	10/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	170	6	18/10-22/10 (4/11){19/11}	
---------------------	-------------------------------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	---------------------------	--

網球訓練班

40545920 (1297)	16/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-21:00	青衣公園	8+	170	18	18/10-22/10 (4/11){19/11}	✉
-----------------	-----------------------------	-----	-------------	------	----	-----	----	---------------------------	---

沙灘排球同樂日

40519308	8/12	日	16:00-18:00	葵涌運動場	10+	免費	20	22/11	📄 i
----------	------	---	-------------	-------	-----	----	----	-------	-----

園藝講座-水仙球切割

40546692	21/12	六	13:00-15:00	林士德體育館	不限	30	30	18/10-22/10 (4/11){19/11}	✉
----------	-------	---	-------------	--------	----	----	----	---------------------------	---

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。

40520355 (KWT-1306)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14	@18/10-22/10 (4/11) {19/11}	✉
---------------------	------------------------------------	-----	-----------	-----------	----	--------------------------------	---

活力長者計劃-乒乓球自習

40520384 (KWT-1327)	5/12-19/12	四	13:30-14:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	14/11	📄 i
40520385 (KWT-1328)	5/12-19/12	四	14:30-15:30	北葵涌鄧肇堅體育館	36	14/11	📄 i
40543585	2/12-30/12	一	13:00-14:00	長發體育館	36	14/11	📄 i
40543586	2/12-30/12	一	14:00-15:00	長發體育館	36	14/11	📄 i
40545867 (1368)	2/12-30/12	一	7:00-8:00	荔景體育館	24	14/11	📄 i
40545868 (1369)	2/12-30/12	一	8:00-9:00	荔景體育館	24	14/11	📄 i
40546039	4/12-18/12	三	9:00-10:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	14/11	📄 i
40546040	4/12-18/12	三	10:00-11:00	楓樹窩體育館(無空調)	24	14/11	📄 i
40545943	2/12-30/12	一	7:00-8:00	青衣體育館	24	14/11	📄 i
40545944	2/12-30/12	一	8:00-9:00	青衣體育館	24	14/11	📄 i

活力長者計劃-健體同樂

40532301 (KWT1313)	5/12-19/12	四	9:00-10:00	大窩口體育館	25	18/10-22/10 (4/11) {19/11}	✉
40532303 (KWT1314)	5/12-19/12	四	10:00-11:00	大窩口體育館	25	18/10-22/10 (4/11) {19/11}	✉
40545861 (1365)	2/12-30/12	一	7:00-8:00	荔景體育館	25	13/11	📄 i
40545865 (1366)	5/12-19/12	四	8:00-9:00	荔景體育館	25	13/11	📄 i
40520408 (KWT-1311)	4/12-18/12	三	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	13/11	📄 i
40520409 (KWT-1312)	4/12-18/12	三	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	13/11	📄 i
40545941	2/12-30/12	一	8:00-9:00	青衣體育館	20	13/11	📄 i
40545942	2/12-30/12	一	9:00-10:00	青衣體育館	20	13/11	📄 i

活力長者計劃-器械健體同樂

40545862 (1367)	2/12-30/12	一	8:00-9:00	荔景體育館	20	12/11	📄 i
-----------------	------------	---	-----------	-------	----	-------	-----

活力長者計劃-羽毛球自習

40520160 (KWT-1321)	3/12-31/12	二	7:00-8:00	青衣西南體育館	20	11/11	📄 i
40520161 (KWT-1322)	3/12-31/12	二	8:00-9:00	青衣西南體育館	20	11/11	📄 i
40543587	5/12-19/12	四	13:00-14:00	長發體育館	24	11/11	📄 i
40543588	5/12-19/12	四	14:00-15:00	長發體育館	24	11/11	📄 i
40545939	4/12-18/12	三	7:00-8:00	青衣體育館	20	11/11	📄 i
40545940	4/12-18/12	三	8:00-9:00	青衣體育館	20	11/11	📄 i

活力長者計劃-門球自習

40532309 (KWT1317)	2/12-30/12	一	7:00-8:00	大窩口體育館	20	15/11	📄 i
40532311 (KWT1318)	2/12-30/12	一	8:00-9:00	大窩口體育館	20	15/11	📄 i
40546679	4/12-18/12	三	7:00-8:00	林士德體育館	20	15/11	📄 i
40546680	4/12-18/12	三	8:00-9:00	林士德體育館	20	15/11	📄 i