

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

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
<b>健體舞訓練班</b>									
40548921 (NH1274)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	15:00-16:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548922 (NH1212)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	16:00-17:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548923 (NH1213)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	11:00-12:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548924 (NH1214)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	12:00-13:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548925 (NH1215)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-20:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548926 (NH1216)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-21:00	聯和墟體育館	14+	65	30	4/11	
40548927 (NW1217)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	9:00-10:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
40548928 (NW1218)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	10:00-11:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
40548929 (NW1219)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-10:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
40548930 (NW1220)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-11:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
40548931 (NW1221)	9/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三	14:00-15:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
40548933 (NW1222)	9/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三	15:00-16:00	和興體育館	14+	65	20	4/11	
<b>聖誕社交舞之夜</b>									
40547836 (NR1211)	15/12	日	19:00-22:00	保榮路體育館	6+	20	250	1/11	
<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>									
40548951 (NH1247)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	19:00-20:00	聯和墟體育館	15+	75	20	@11/11	
40548952 (NH1248)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	20:00-21:00	聯和墟體育館	15+	75	20	@11/11	
40548953 (NH1249)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	21:00-22:00	聯和墟體育館	15+	75	20	@11/11	
40548954 (NT1250)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	19:00-20:00	天平體育館	15+	75	12	@11/11	
40548955 (NT1251)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	20:00-21:00	天平體育館	15+	75	12	@11/11	
40548956 (NT1252)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	21:00-22:00	天平體育館	15+	75	12	@11/11	
40548957 (NT1253)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	14:00-15:00	天平體育館	15+	75	12	@11/11	
40548958 (NT1254)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	15:00-16:00	天平體育館	15+	75	12	@11/11	
40548959 (NW1255)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	14:00-15:00	和興體育館	15+	75	20	@11/11	
40548960 (NW1256)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	15:00-16:00	和興體育館	15+	75	20	@11/11	
40548961 (NW1257)	28/12-23/1	二,四,六	9:00-10:00	和興體育館	15+	75	20	@11/11	
40548962 (NW1258)	28/12-23/1	二,四,六	10:00-11:00	和興體育館	15+	75	20	@11/11	
<b>簡易太極班</b>									
40548971 (NH1267)	8/12-8/3 (22/12,26/1)除外	日	9:00-10:00	聯和墟體育館	6+	54	30	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548972 (NH1268)	8/12-8/3 (22/12,26/1)除外	日	10:00-11:00	聯和墟體育館	6+	54	30	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
<b>瑜伽訓練班</b>									
40548973 (NL1271)	3/12-17/1 (27/12,31/12,10/1,14/1)除外	二,五	13:00-15:00	龍琛路體育館	15+	85	30	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40548936 (NH1224)	7/12	六	9:00-12:00	聯和墟體育館	15+	免費	25	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548937 (NH1225)	15/12	日	15:00-18:00	聯和墟體育館	15+	免費	25	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548938 (NR1226)	7/12	六	14:00-17:00	保榮路體育館	15+	免費	25	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548939 (NR1227)	15/12	日	10:00-13:00	保榮路體育館	15+	免費	25	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548940 (NT1228)	8/12	日	10:00-13:00	天平體育館	15+	免費	20	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548941 (NT1229)	15/12	日	15:00-18:00	天平體育館	15+	免費	20	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
40548942 (NW1230)	14/12	六	14:00-17:00	和興體育館	15+	免費	25	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
<b>羽毛球訓練班</b>									
40548934 (NL1223)	3/12-3/1	二,五	20:00-22:00	龍琛路體育館	14+	118	24	21/10-28/10 (1/11){21/11}	
<b>劍擊初級訓練班(第一階段)</b>									
40548950 (NW1246)	7/12-28/12	六	14:00-16:00	和興體育館	9+	50	20	6/11	
<b>乒乓球訓練班</b>									
40548967 (NH1263)	19/12-23/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	聯和墟體育館	6+	86	24	13/11	
40548968 (NH1264)	24/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	10:00-12:00	聯和墟體育館	14+	86	24	21/10-28/10 (1/11){21/11}	

40548969 (NH1265)	27/12-5/2 (1/1,29/1)除外 31/12-8/2 (25/1,28/1)除外	三,五	9:00-11:00	聯和墟體育館	14+	86	24	21/10-28/10 (1/11){21/11}	✉
40548970 (NH1266)		二,六	20:00-22:00	聯和墟體育館	6+	86	24	13/11	📄 i

#### 網球訓練班

40526385 (NG1269)	4/12-26/2 (25/12,1/1,29/1)除外	三	14:00-16:00	北區運動場	14+	170	18	5/11	📄 i
40526386 (NG1270)	13/12-28/2 (24/1,31/1)除外	五	9:00-11:00	北區運動場	14+	170	18	5/11	📄 i

#### 圍棋訓練班 (第一階段)

40548964 (NW1260)	7/12-11/1	六	18:00-20:00	和興體育館	6+	40	20	8/11	📄 i
-------------------	-----------	---	-------------	-------	----	----	----	------	-----

#### 運動攀登訓練班

40548966 (NR1262)	8/12-15/12	日	12:00-18:00	保樂路體育館	12+	40	18	21/10-28/10 (1/11){21/11}	✉
-------------------	------------	---	-------------	--------	-----	----	----	---------------------------	---

#### 露營樂

40546932 (NX1210)	7/12-8/12	六,日	14:00-14:00	創興水上活動中心	不限	50	44	23/10	📄
-------------------	-----------	-----	-------------	----------	----	----	----	-------	---

#### 社區園圃計劃

40548943 (NP1231)	15/12-26/4 (26/1,12/4)除外	日	14:00-17:00	北區公園	12+	400	60	21/10-28/10 (1/11){21/11}	✉
-------------------	-----------------------------	---	-------------	------	-----	-----	----	---------------------------	---

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。

#### 殘疾人士康樂日營(精神病康復者)

40526433 (NX1232)	12/12	四	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	16-65	4	1/11	📄 i
-------------------	-------	---	------------	-----------	-------	---	------	-----

#### 智障人士日營

40526434 (NX1234)	14/12	六	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	6+	4	1/11	📄 i
-------------------	-------	---	------------	-----------	----	---	------	-----

#### 殘疾人士康樂暢遊(智障人士)

40526432 (NX1235)	7/12	六	9:00-17:00	中山紀念公園	0-70	18	1/11	📄 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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	----------

#### 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。

40548944 (NT1240)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	8:00-9:00	天平體育館	12	@21/10-28/10 (1/11) {21/11}	✉
-------------------	------------------------	-----	-----------	-------	----	--------------------------------	---

40548945 (NT1241)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	9:00-10:00	天平體育館	12	@21/10-28/10 (1/11) {21/11}	✉
-------------------	------------------------	-----	------------	-------	----	--------------------------------	---

40548946 (NW1242)	28/12-23/1	二,四,六	8:00-9:00	和興體育館	20	@21/10-28/10 (1/11) {21/11}	✉
-------------------	------------	-------	-----------	-------	----	--------------------------------	---

#### 活力長者計劃-乒乓球同樂

40548949 (NT1245)	3/12-31/12 (26/12)除外	二,四	8:00-10:00	天平體育館	20	3/12-31/12	即場報名
-------------------	-------------------------	-----	------------	-------	----	------------	------

#### 活力長者計劃-門球自我鍛鍊同樂

40548947 (NW1243)	3/12-31/12 (24/12)除外	二	13:00-15:00	和興體育館	15	3/12-31/12	即場報名
-------------------	-------------------------	---	-------------	-------	----	------------	------

40548948 (NW1244)	5/12-19/12	四	13:00-15:00	和興體育館	15	5/12-19/12	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

#### 長者日營

40541032 (NX893)	3/12	二	9:00-17:00	曹公潭戶外康樂中心	48	21/10-28/10 (1/11) {21/11}	✉
------------------	------	---	------------	-----------	----	-------------------------------	---

#### 長者暢遊

40541037 (NX898)	5/12	四	9:00-17:00	三疊潭	48	21/10-28/10 (1/11) {21/11}	✉
------------------	------	---	------------	-----	----	-------------------------------	---