

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

沙田區

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
成人捷泳訓練班(第三階段)									
40525834 (ST0422)	3/12-9/1 (26/12,2/1)除外	二,四	18:00-19:00	顯田游泳池(主池)	18+	100	20	16/10-22/10 (31/10){25/11}	☒
成人胸泳訓練班(第三階段)									
40525835 (ST0423)	3/12-9/1 (26/12,2/1)除外	二,四	19:00-20:00	顯田游泳池(主池)	18+	100	20	16/10-22/10 (31/10){25/11}	☒
健體舞訓練班									
40548981 (ST1532)	4/12-22/1 (13/12,25/12,1/1)除外	三,五	14:00-15:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
40548982 (ST1533)	9/12-20/1 (13/12)除外	一,五	19:00-20:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
40548983 (ST1534)	9/12-20/1 (13/12)除外	一,五	20:00-21:00	馬鞍山體育館	14+	65	20	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
40548984 (ST1535)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:00-10:00	美林體育館	14+	65	30	13/11	☒ i
40548985 (ST1536)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	10:00-11:00	美林體育館	14+	65	30	13/11	☒ i
40548986 (ST1537)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	14:00-15:00	美林體育館	14+	65	30	14/11	☒ i
40548989 (ST1540)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-10:00	源禾路體育館	14+	65	20	12/11	☒ i
40548990 (ST1541)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-11:00	源禾路體育館	14+	65	20	12/11	☒ i
40548991 (ST1542)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-20:00	源禾路體育館	14+	65	25	14/11	☒ i
40548992 (ST1543)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-21:00	源禾路體育館	14+	65	25	14/11	☒ i
40548993 (ST1544)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	8:00-9:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/11	☒ i
40548994 (ST1545)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	9:00-10:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/11	☒ i
40548995 (ST1546)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	10:00-11:00	源禾路體育館	14+	65	20	11/11	☒ i
40548996 (ST1547)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	13:00-14:00	源禾路體育館	14+	65	20	13/11	☒ i
40548997 (ST1548)	5/12-16/1 (26/12)除外	二,四	14:00-15:00	源禾路體育館	14+	65	20	13/11	☒ i
八段錦訓練班									
40549001 (ST1549)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	15:00-16:00	馬鞍山體育館	8+	80	30	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
40549002 (ST1550)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	16:00-17:00	馬鞍山體育館	8+	80	30	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
兒童舞訓練班									
40549003 (ST1551)	7/12-15/2 (25/1)除外	六	9:00-11:00	沙田賽馬會公眾壁球場	4-6	60	20	4/11	☒ i
40549004 (ST1552)	7/12-15/2 (25/1)除外	六	9:00-11:00	沙田賽馬會公眾壁球場	4-6	60	20	4/11	☒ i
沙田區聖誕社交舞之夜									
40547477 (ST1526)	15/12	日	19:00-22:00	美林體育館	6+	20	200	1/11	☒ 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。</p>									
40549005 (ST1553)	9/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,三,五	17:00-18:00	恆安體育館	15+	75	20	@18/11	☒ i
40549006 (ST1554)	9/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,三,五	18:00-19:00	恆安體育館	15+	75	20	@18/11	☒ i
40549007 (ST1555)	10/12-11/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四,六	9:00-10:00	恆安體育館	15+	75	20	@19/11	☒ i
40549008 (ST1556)	10/12-11/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四,六	19:00-20:00	恆安體育館	15+	75	20	@20/11	☒ i
40549009 (ST1557)	10/12-11/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四,六	20:00-21:00	恆安體育館	15+	75	20	@20/11	☒ i
40549010 (ST1558)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	9:00-10:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@21/11	☒ i
40549011 (ST1559)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	10:00-11:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@21/11	☒ i
40549012 (ST1560)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	13:00-14:00	馬鞍山體育館	15+	75	20	@22/11	☒ i
社交舞訓練班									
40549013 (ST1561)	4/12-15/1 (13/12,25/12,1/1)除外	三,五	9:00-11:00	馬鞍山體育館	14+	86	26	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
40549014 (ST1562)	10/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-22:00	美林體育館	14+	86	30	17/10-21/10 (28/10){19/11}	☒
太極拳訓練班									
40549015 (ST1563)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	頌安邨小型足球場	6+	60	50	19/11	☒ i
40549016 (ST1564)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:45-7:45	錦英苑籃球場	6+	60	40	6/11	☒ i
40549017 (ST1565)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	利安邨排球場	6+	60	50	26/11	☒ i
40549018 (ST1566)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	禾輦邨商場平台	6+	60	50	11/11	☒ i

40549019 (ST1567)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	廣源邨停車場頂籃球場	6+	60	40	13/11	
40549020 (ST1568)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	馬鞍山遊樂場	6+	60	40	5/11	
40549021 (ST1569)	2/12-30/3 (25/12,1/1,24/1,27/1)除外	一,三,五	19:30-20:30	馬鞍山運動場	6+	60	50	22/11	
40549022 (ST1570)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	馬鞍山體育館對出廣場	6+	60	50	21/11	
40549023 (ST1571)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	沙田大會堂平台(近大會堂方向)	6+	60	50	19/11	
40549024 (ST1572)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	新翠邨小型足球場(A)	6+	60	40	14/11	
40549025 (ST1573)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	新翠邨小型足球場(B)	6+	60	50	21/11	
40549026 (ST1574)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	新田圍邨商場平台	6+	60	40	26/11	
40549027 (ST1575)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	廣源邨停車場頂籃球場	6+	60	40	5/11	
40549028 (ST1576)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	顯田遊樂場	6+	60	50	7/11	
40549029 (ST1577)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	美林邨籃球場(近佛教黃允攸中學)	6+	60	50	12/11	
40549030 (ST1578)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	鞍誠街花園	6+	60	50	7/11	
40549031 (ST1579)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	鞍誠街花園	6+	60	50	15/11	
40549032 (ST1580)	2/12-30/3 (25/12,1/1,24/1,27/1)除外	一,三,五	19:30-20:30	沙田公園	6+	60	50	18/11	
40549033 (ST1581)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:45-7:45	沙田大會堂平台(近圖書館方向)	6+	60	50	12/11	
40549034 (ST1582)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	小瀝源路遊樂場	6+	60	50	21/11	
40549035 (ST1583)	2/12-27/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	6:30-7:30	穗禾苑小型足球場	6+	60	40	14/11	

簡易太極班

40549036 (ST1584)	28/12-23/1	二,四,六	7:00-8:00	馬鞍山體育館	6+	54	30	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
-------------------	------------	-------	-----------	--------	----	----	----	----------------------------	--

太極劍訓練班

40549037 (ST1585)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:45-7:45	美林邨籃球場(近佛教黃允攸中學)	6+	60	40	20/11	
40549038 (ST1586)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:45-7:45	沙田大會堂平台	6+	60	50	4/11	
40549039 (ST1587)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	新翠邨小型足球場(A)	6+	60	40	1/11	
40549040 (ST1588)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:45-7:45	新田圍邨商場平台	6+	60	40	15/11	
40549041 (ST1589)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	19:30-20:30	馬鞍山運動場	6+	60	50	4/11	
40549042 (ST1590)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	穗禾苑小型足球場	6+	60	50	8/11	
40549043 (ST1591)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	新翠邨小型足球場(B)	6+	60	40	8/11	

瑜伽訓練班

40549044 (ST1592)	11/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	12:00-14:00	源禾路體育館	15+	85	25	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549045 (ST1593)	14/12-22/2 (25/1)除外	六	13:00-15:00	源禾路體育館	15+	85	25	17/10-21/10 (28/10){19/11}	

正確使用健身室設施簡介會

40549046 (ST1594)	1/12	日	9:00-12:00	恆安體育館	15+	免費	20	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549047 (ST1595)	14/12	六	14:00-17:00	馬鞍山體育館	15+	免費	25	17/10-21/10 (28/10){19/11}	

健步行簡介會

40549051 (ST1599)	8/12	日	16:00-18:00	馬鞍山海濱長廊	6+	免費	30	1/11	
-------------------	------	---	-------------	---------	----	----	----	------	--

身心伸展訓練班

40549052 (ST1600)	13/12-6/3 (24/1)除外	五	14:00-15:00	源禾路體育館	15+	85	20	4/11	
-------------------	--------------------	---	-------------	--------	-----	----	----	------	--

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40549055 (ST1603)	21/12	六	14:00-15:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	免費	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549056 (ST1604)	21/12	六	15:00-16:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	免費	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549057 (ST1605)	21/12	六	16:00-17:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	免費	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	

羽毛球訓練班

40549058 (ST1606)	2/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-21:00	恆安體育館(非備空調)	7+	118	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549059 (ST1607)	9/12-13/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	118	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549060 (ST1608)	10/12-17/1 (24/12,31/12)除外	二,五	9:00-11:00	顯徑體育館(非備空調)	7+	118	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549061 (ST1609)	10/12-23/1 (24/12,26/12,31/12,9/1)除外	二,四	19:00-21:00	馬鞍山體育館	7+	118	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549062 (ST1610)	18/12-29/1 (25/12,1/1,10/1)除外	三,五	13:00-15:00	馬鞍山體育館	7+	118	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549063 (ST1611)	10/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	美林體育館	7+	118	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549064 (ST1612)	11/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	9:00-11:00	美林體育館	7+	118	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	
40549066 (ST1614)	10/12-17/1 (24/12,31/12)除外	二,五	19:00-21:00	源禾路體育館	7+	118	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	

草地滾球練習計劃

40549067 (ST1615)	2/12-31/1 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	9:00-12:00	小瀝源路遊樂場	8+	60	60	6/11	
-------------------	---------------------------------	-------	------------	---------	----	----	----	------	--

草地滾球訓練班

40549068 (ST1616)	4/12-3/1 (25/12,1/1)除外	三,五	15:00-17:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	7/11	
-------------------	---------------------------	-----	-------------	---------	----	----	---	------	--

40549069 (ST1617)	4/12-3/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
40549070 (ST1618)	17/12-14/1 (26/12)除外	二,四	10:00-12:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	7/11	📄 ⓘ
40549071 (ST1619)	17/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	54	8	7/11	📄 ⓘ

兒童小型網球訓練班

40549072 (ST1620)	1/12-23/2 (15/12,22/12,26/1)除外	日	14:00-16:00	美林體育館	6-12	70	16	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
-------------------	-----------------------------------	---	-------------	-------	------	----	----	----------------------------	---

壁球訓練班

40549073 (ST1621)	11/12-10/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-21:00	沙田賽馬會公眾壁球場	7+	160	8	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
-------------------	-----------------------------	-----	-------------	------------	----	-----	---	----------------------------	---

乒乓球訓練班

40549074 (ST1622)	6/12-7/2 4/12-24/1	五	17:00-19:00	恆安體育館(非備空調)	6+	86	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
40549075 (ST1623)	(13/12,18/12,20/12,25/12,1/1,10/1)除外	三,五	9:00-11:00	馬鞍山體育館	14+	86	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
40549076 (ST1624)	16/12-20/1 (10/1)除外	一,五	19:00-21:00	馬鞍山體育館	14+	86	24	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉

網球訓練班

40549077 (ST1625)	10/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	小瀝源路遊樂場	8+	170	12	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
40549078 (ST1626)	4/12-13/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-21:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
40549079 (ST1627)	12/12-16/1 (26/12)除外	二,四	9:00-11:00	源禾遊樂場	8+	170	18	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉

成人門球訓練班

40549080 (ST1628)	1/12-28/12	六,日	15:00-17:00	馬鞍山遊樂場	20+	54	15	7/11	📄 ⓘ
-------------------	------------	-----	-------------	--------	-----	----	----	------	-----

普及健體運動 - 行山樂

40541067 (ST1126)	8/12	日	9:00-17:00	苗三石澗烏蛟騰	6+	40	48	17/10-21/10 (28/10){19/11}	✉
-------------------	------	---	------------	---------	----	----	----	----------------------------	---

家庭康樂宿營

40534886 (ST0645)	14/12-15/12	六,日	14:00-14:00	曹公潭戶外康樂中心	不限	86	48	8/11	📄
-------------------	-------------	-----	-------------	-----------	----	----	----	------	---

沙田區親子單車嘉年華

40549081 (ST1629)	1/12	日	14:00-17:00	小瀝源路遊樂場(單車場)	不限	免費	2000	1/12	即場報名
-------------------	------	---	-------------	--------------	----	----	------	------	------

沙田區道路交通安全嘉年華

40546496 (ST1495)	14/12	六	14:00-17:00	沙田交通安全公園	不限	免費	2000	14/12	即場報名
-------------------	-------	---	-------------	----------	----	----	------	-------	------

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。

長期病患者陸上暢遊

40537480 (ST0901)	8/12	日	9:00-16:00	新界東	不限	8	29/10	📄 ⓘ
-------------------	------	---	------------	-----	----	---	-------	-----

聽障人士草地滾球同樂日

40549083 (ST1631)	29/12	日	14:00-17:00	圓洲角體育館	8+	4	29/10	📄 ⓘ
-------------------	-------	---	-------------	--------	----	---	-------	-----

智障人士陸上暢遊

40537454 (ST0885)	30/12	一	9:00-17:00	大嶼山	不限	12	29/10	📄 ⓘ
40537456 (ST0887)	16/12	一	9:00-17:00	新界東(西貢東壩)	不限	6	29/10	📄 ⓘ

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
----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	----------

長者八段錦訓練班

40549084 (ST1632)	9/12-2/3 (27/1)除外	一	15:00-16:00	顯徑體育館	16	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉
40549085 (ST1633)	9/12-2/3 (27/1)除外	一	16:00-17:00	顯徑體育館	16	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉

長者中國舞訓練班

40549086 (ST1634)	10/12-14/1 (26/12)除外	二,四	15:00-17:00	沙田賽馬會公眾壁球場	30	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉
40549087 (ST1635)	11/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	8:00-10:00	源禾路體育館	30	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉
40549088 (ST1636)	11/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-12:00	源禾路體育館	30	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉

長者徒手健體訓練班

40549091 (ST1639)	10/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	8:00-9:00	源禾路體育館	25	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉
40549092 (ST1640)	10/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	9:00-10:00	源禾路體育館	25	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉
40549093 (ST1641)	10/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	10:00-11:00	源禾路體育館	25	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	✉

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。

40549094 (ST1642)	10/12-11/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四,六	8:00-9:00	恆安體育館	20	@18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	-------------------------------------	-------	-----------	-------	----	---------------------------------	---

長者社交舞訓練班

40549097 (ST1645)	4/12-10/1 (25/12,1/1)除外	三,五	8:00-10:00	顯徑體育館	20	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	----------------------------	-----	------------	-------	----	--------------------------------	---

40549098 (ST1646)	4/12-10/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-12:00	顯徑體育館	20	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	----------------------------	-----	-------------	-------	----	--------------------------------	---

長者太極訓練班

40549099 (ST1647)	4/12-4/3 (25/12,1/1)除外	三	15:00-16:00	顯徑體育館	16	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	---------------------------	---	-------------	-------	----	--------------------------------	---

40549100 (ST1648)	4/12-4/3 (25/12,1/1)除外	三	16:00-17:00	顯徑體育館	16	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	---------------------------	---	-------------	-------	----	--------------------------------	---

40549101 (ST1649)	4/12-22/1 (13/12,25/12,1/1)除外	三,五	7:00-8:00	馬鞍山體育館	30	18/10-22/10 (29/10) {20/11}	☒
-------------------	----------------------------------	-----	-----------	--------	----	--------------------------------	---

活力長者計劃 - 乒乓球同樂

40549103 (ST1651)	4/12-27/12 (25/12)除外	三,五	8:00-10:00	顯徑體育館	24	4/12-27/12	即場報名
-------------------	-------------------------	-----	------------	-------	----	------------	------

40549104 (ST1652)	3/12-31/12	二	14:00-16:00	馬鞍山體育館	48	3/12-31/12	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	------------	------

40549105 (ST1653)	5/12-19/12	四	12:00-14:00	馬鞍山體育館	48	5/12-19/12	即場報名
-------------------	------------	---	-------------	--------	----	------------	------

40549106 (ST1654)	3/12-19/12	二,四	8:00-10:00	美林體育館	16	3/12-19/12	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	-------	----	------------	------

40549107 (ST1655)	3/12-31/12	二,五	8:00-10:00	沙田賽馬會公眾壁球場	24	3/12-31/12	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	------------	----	------------	------

40549108 (ST1656)	3/12-31/12	二,四	10:00-12:00	沙田賽馬會公眾壁球場	24	3/12-31/12	即場報名
-------------------	------------	-----	-------------	------------	----	------------	------

40549109 (ST1657)	2/12-30/12 (26/12)除外	一,四	8:00-10:00	小瀝源路遊樂場	16	2/12-30/12	即場報名
-------------------	-------------------------	-----	------------	---------	----	------------	------

40549110 (ST1658)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三	14:00-16:00	小瀝源路遊樂場	16	2/12-30/12	即場報名
-------------------	-------------------------	-----	-------------	---------	----	------------	------

40549112 (ST1660)	3/12-31/12	二,五	8:00-10:00	源禾路體育館	16	3/12-31/12	即場報名
-------------------	------------	-----	------------	--------	----	------------	------

40549113 (ST1661)	3/12-31/12	二,五	10:00-12:00	源禾路體育館	16	3/12-31/12	即場報名
-------------------	------------	-----	-------------	--------	----	------------	------

長者門球同樂日

40549114 (ST1662)	2/12	一	10:00-12:00	恆安體育館(非備空調)	30	2/12	即場報名
-------------------	------	---	-------------	-------------	----	------	------

40549115 (ST1663)	12/12	四	15:00-17:00	馬鞍山遊樂場	30	12/12	即場報名
-------------------	-------	---	-------------	--------	----	-------	------