康樂及文化事務署
社區康樂活動
2020年11月份康樂體育活動一覽表

荃灣區

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）{公開候補日期}	報名方式
長跑訓練班									
40578738	2/11-11/1 (21/12)除外	一	18:00-20:00	城門谷運動場	16+	130	20	7/10	🖳 ℹ
40578739	2/11-11/1 (21/12)除外	一	20:00-22:00	城門谷運動場	16+	130	20	7/10	🖳 ℹ
健體舞訓練班									
40578771	3/11-10/12	二,四	18:00-19:00	荃景圍體育館	14+	65	15	13/10	🖳 ℹ
40578772	3/11-10/12	二,四	19:00-20:00	荃景圍體育館	14+	65	15	13/10	🖳 ℹ
40578773	3/11-10/12	二,四	9:00-10:00	蕙荃體育館	14+	65	10	13/10	🖳 ℹ
40578774	4/11-11/12	三,五	19:00-20:00	楊屋道體育館	14+	65	12	13/10	🖳 ℹ
40578775	4/11-11/12	三,五	20:00-21:00	楊屋道體育館	14+	65	12	13/10	🖳 ℹ
兒童舞訓練班									
40578785	1/11-3/1	日	10:00-12:00	楊屋道體育館	4-6	60	10	14/10	🖳 ℹ
晚間舞敍-社交舞同樂									
40579289	19/11	四	19:00-22:00	荃灣體育館	14+	20	10	9/10	🖳 ℹ
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。									
40578793	16/11-23/12	一,三	12:00-13:00	荃灣體育館	15+	75	15	@12/10	🖳 ℹ
40578794	16/11-23/12	一,三	13:00-14:00	荃灣體育館	15+	75	15	@12/10	🖳 ℹ
40578800	6/11-16/12	三,五	9:00-10:00	楊屋道體育館	15+	75	10	@12/10	🖳 ℹ
40578802	6/11-16/12	三,五	10:00-11:00	楊屋道體育館	15+	75	10	@12/10	🖳 ℹ
40578803	3/11-10/12	二,四	19:00-20:00	楊屋道體育館	15+	75	10	@12/10	🖳 ℹ
40578804	3/11-10/12	二,四	20:00-21:00	楊屋道體育館	15+	75	10	@12/10	🖳 ℹ
爵士舞訓練班									
40579249	5/11-7/1	四	17:00-19:00	荃灣體育館	12+	70	10	9/10	🖳 ℹ
社交舞訓練班									
40579258	3/11-11/12 (27/11,8/12)除外	二,五	19:00-21:00	荃灣體育館	14+	86	10	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579273	2/11-2/12	一,三	15:00-17:00	蕙荃體育館	14+	86	16	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
太極訓練班									
40579290	2/11-1/3 (25/12,1/1,12/2,15/2)除外	一,三,五	18:00-19:00	荃灣公園	6+	60	20	8/10	🖳 ℹ
40579292	2/11-1/3 (25/12,1/1,12/2,15/2)除外	一,三,五	19:00-20:00	荃灣公園	6+	60	20	8/10	🖳 ℹ
40579293	2/11-1/3 (25/12,1/1,12/2,15/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	荃灣海濱公園	6+	60	20	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579294	2/11-1/3 (25/12,1/1,12/2,15/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	荃灣海濱公園	6+	60	20	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
簡易太極班									
40579299	4/11-11/12	三,五	9:00-10:00	荃景圍體育館	6+	54	15	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
西方土風舞訓練班									
40579300	2/11-7/12 (30/11)除外	一,四	15:00-17:00	荃灣體育館	8+	45	10	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
瑜伽訓練班									
40579301	5/11-8/12	二,四	13:00-15:00	荃景圍體育館	15+	85	15	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579303	3/11-5/1	二	12:00-14:00	楊屋道體育館	15+	85	15	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
身心伸展訓練班									
40579302	2/11-4/1	一	20:00-22:00	荃灣西約體育館	15+	85	7	14/10	🖳 ℹ
正確使用健身室設施簡介會									
40578778	21/11	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40578779	22/11	日	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40578780	1/11	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40578781	15/11	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
羽毛球訓練班									
40579308	3/11-3/12	二,四	14:00-16:00	蕙荃體育館	7+	118	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
壁球訓練班									
40579314	2/11-25/11	一,三	19:00-21:00	楊屋道體育館	7+	160	6	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
乒乓球訓練班									
40579317	3/11-3/12	二,四	12:00-14:00	荃灣西約體育館	6+	86	12	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579350	4/11-4/12	三,五	12:00-14:00	荃灣體育館	6+	86	9	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉

網球訓練班									
40579366	4/11-4/12	三,五	9:00-11:00	荃景圍遊樂場	8+	170	9	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579383	17/11-17/12	二,四	19:00-21:00	沙咀道遊樂場	8+	170	6	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579390	8/11-10/1	日	19:00-21:00	荃灣海濱公園	8+	170	6	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40579396	3/11-4/12	二,五	20:00-22:00	荃灣海濱公園	8+	170	6	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
社區圍圃計劃									
40579611	1/11-6/3 (12-14/2除外)	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	荃灣公園	12+	400	16	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉
40583681	1/11-6/3 (12-14/2除外)	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	荃灣公園	12+	400	15	5/10-7/10 (14/10){30/10}	✉

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） {公開候補日期}	**報 名 方 式**
長者社交舞同樂日							
40578730	19/11	四	8:00-11:00	楊屋道體育館	16	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉
長者健體訓練班							
40578731	3/11-17/12	二,四	8:00-9:00	蕙荃體育館	10	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉
活力長者計劃-乒乓球天地							
40578726	3/11-26/11	二,四	8:00-9:45	荃景圍體育館	30	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉
40578727	4/11-27/11	三,五	9:00-10:45	楊屋道體育館	30	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉
活力長者計劃-社交舞天地							
40578728	3/11-26/11	二,四	10:00-12:00	荃景圍體育館	30	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉
活力長者計劃-羽毛球天地							
40578723	3/11-26/11	二,四	8:00-9:45	蕙荃體育館	16	5/10-7/10 (14/10) {30/10}	✉