

康樂及文化事務署  
社區康樂活動  
2022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
<b>成人捷泳訓練班(第一階段)</b>									
40631310	1/11-24/11 (12/11)除外	二,四,六	20:00-21:00	城門谷游泳池	18+	100	16	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>成人捷泳訓練班(第二階段)</b>									
40631309	1/11-24/11 (12/11)除外	二,四,六	19:00-20:00	城門谷游泳池	18+	100	19	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>健體舞訓練班</b>									
40644292	1/11-8/12	二,四	18:00-19:00	荃景圍體育館	14+	65	20	3/10	☒ i
40644293	1/11-8/12	二,四	19:00-20:00	荃景圍體育館	14+	65	20	3/10	☒ i
40644295	2/11-9/12	三,五	19:00-20:00	楊屋道體育館	14+	65	25	3/10	☒ i
40644296	2/11-9/12	三,五	20:00-21:00	楊屋道體育館	14+	65	25	3/10	☒ i
<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>									
40644426	2/11-12/12	一,三	12:00-13:00	荃灣體育館	15+	75	30	@11/10	☒ i
40644427	2/11-12/12	一,三	13:00-14:00	荃灣體育館	15+	75	30	@11/10	☒ i
40644428	2/11-12/12	一,三	14:00-15:00	荃灣體育館	15+	75	30	@11/10	☒ i
40644433	1/11-8/12	二,四	19:00-20:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@7/10	☒ i
40644434	1/11-8/12	二,四	20:00-21:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@7/10	☒ i
40644438	2/11-9/12	三,五	9:00-10:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@11/10	☒ i
40644439	2/11-9/12	三,五	10:00-11:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@11/10	☒ i
<b>社交舞訓練班</b>									
40644452	4/11-6/1	五	19:00-21:00	荃灣體育館	14+	86	20	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>簡易太極班</b>									
40644718	9/11-16/12	三,五	9:00-10:00	荃景圍體育館	6+	54	30	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>瑜伽訓練班</b>									
40644728	8/11-8/12	二,四	13:00-15:00	荃景圍體育館	15+	85	30	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644729	1/11-17/1 (27/12,31)除外	二	12:00-14:00	楊屋道體育館	15+	85	30	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40644418	5/11	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644419	13/11	日	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644422	13/11	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644423	27/11	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>羽毛球訓練班</b>									
40644297	1/11-1/12	二,四	19:00-21:00	荃灣西約體育館	7+	118	16	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644298	9/11-9/12	三,五	10:00-12:00	荃灣西約體育館	7+	118	16	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>網球訓練班</b>									
40644721	8/11-8/12	二,四	19:00-21:00	沙咀道遊樂場	8+	170	8	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644722	2/11-2/12	三,五	9:00-11:00	荃景圍遊樂場	8+	170	8	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644723	1/11-2/12	二,五	20:00-22:00	荃灣海濱公園	8+	170	8	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
40644724	13/11-5/2 (25/12,1/1,22/1)除外	日	19:00-21:00	荃灣海濱公園	8+	170	8	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>荃灣區門球比賽2022/23</b>									
40644277	6/11	日	9:00-18:00	城門谷運動場	8+	100	22	6/9-13/9 (20/9){8/10}	☒
<b>運動攀登同樂日</b>									
40644502	5/11	六	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	10/10	☒ i
40644504	5/11	六	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	10/10	☒ i
<b>運動攀登訓練班</b>									
40644717	6/11-20/11 (13/11)除外	日	12:00-18:00	荃灣體育館	12+	40	15	21/9-27/9 (6/10){25/10}	☒
<b>網上互動課-嘻哈舞</b>									
40644715	8/11-10/11	二,四	20:00-21:00	互聯網.活動前30分鐘登入: zoom.us/join	14+	20	50	18/10	☒ i
<b>殘疾人士活動編號(班號)(費用全免)</b>									
日期	星期	時間	地點	年齡	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) (公開候補日期)	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:

因應2019冠狀病毒病的最新情況,為方便控制參加人數,同行照料者如欲陪同殘疾人士參加任何專為殘疾人士而設的康體活動,均須報名,直至另行通知。

**精神病康復者射箭同樂日**

40644730

7/11

一

14:30-16:30

城門谷公園

15-65 3

17/10



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
<b>長者八段錦訓練班</b>							
40644286	8/11-15/12	二,四	8:00-9:00	荃景圍體育館	30	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉
<b>活力長者計劃-乒乓球同樂</b>							
40644281	1/11-29/11	二,四	8:00-9:45	荃景圍體育館	48	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉
40644282	2/11-30/11	三,五	9:00-10:45	楊屋道體育館	48	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉
<b>活力長者計劃-羽毛球同樂</b>							
40644278	2/11-30/11	三,五	8:00-9:00	荃灣西約體育館	16	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉
40644279	2/11-30/11	三,五	7:00-8:00	荃灣西約體育館	16	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉
<b>長者康體匯紓-社交舞同樂</b>							
40644284	1/11-29/11	二,四	10:00-12:00	荃景圍體育館	40	21/9-27/9 (6/10) {25/10}	✉