

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2022年12月份康樂體育活動一覽表

南區

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									
40646273 (SN1224)	12/12-6/3 (26/12,2/1,23/1)除外	一	19:00-21:00	香港仔運動場	16+	130	40	18/11	
健體舞訓練班									
40645401 (SN1163)	15/12-14/1 (27/12,3/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	香港仔體育館	14+	65	30	16/11	
40645402 (SN1164)	15/12-14/1 (27/12,3/1)除外	二,四,六	10:00-11:00	香港仔體育館	14+	65	30	16/11	
40645426 (SN1169)	21/12-3/2 (25/1,27/1)除外	三,五	18:00-19:00	香港仔體育館	14+	65	30	24/11	
40645430 (SN1170)	21/12-3/2 (25/1,27/1)除外	三,五	19:00-20:00	香港仔體育館	14+	65	30	24/11	
40645394 (SN1156)	14/12-18/1 (26/12,28/12,2/1,9/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	17/11	
40645395 (SN1157)	14/12-18/1 (26/12,28/12,2/1,9/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	17/11	
40645397 (SN1159)	20/12-9/2 (22/12,27/12,24/1,26/1)除外	二,四	14:00-15:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	21/11	
40645398 (SN1160)	20/12-9/2 (22/12,27/12,24/1,26/1)除外	二,四	15:00-16:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	21/11	
40645399 (SN1161)	20/12-9/2 (22/12,27/12,24/1,26/1)除外	二,四	18:00-19:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	21/11	
40645400 (SN1162)	20/12-9/2 (22/12,27/12,24/1,26/1)除外	二,四	19:00-20:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	21/11	
40645497 (SN1171)	20/12-7/2 (27/12,24/1,26/1)除外	二,四	9:00-10:00	赤柱體育館	14+	65	30	21/11	
40645498 (SN1172)	20/12-7/2 (27/12,24/1,26/1)除外	二,四	10:00-11:00	赤柱體育館	14+	65	30	21/11	
40645499 (SN1173)	30/12-1/2 (2/1,23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	赤柱體育館	14+	65	12	1/12	
40645500 (SN1174)	30/12-1/2 (2/1,23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	赤柱體育館	14+	65	12	1/12	
八段錦訓練班									
40645503 (SN1177)	21/12-22/3 (28/12,25/1)除外	三	9:00-10:00	赤柱體育館	8+	80	30	30/11	
40645504 (SN1178)	21/12-22/3 (28/12,25/1)除外	三	10:00-11:00	赤柱體育館	8+	80	30	30/11	
平安夜舞蹈晚會									
40645509 (SN1183)	24/12	六	19:00-22:00	香港仔體育館	6+	20	200	30/11	
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>									
40645566 (SN1184)	12/12-1/2 (26/12,2/1,23/1,25/1)除外	一,三	19:00-20:00	香港仔體育館	15+	75	30	@16/11	
40645583 (SN1185)	12/12-1/2 (26/12,2/1,23/1,25/1)除外	一,三	20:00-21:00	香港仔體育館	15+	75	30	@16/11	
40645586 (SN1186)	21/12-3/2 (25/1,27/1)除外	三,五	14:00-15:00	香港仔體育館	15+	75	30	@25/11	
40645597 (SN1187)	21/12-3/2 (25/1,27/1)除外	三,五	15:00-16:00	香港仔體育館	15+	75	30	@25/11	
40645604 (SN1188)	2/12-13/1 (27/12)除外	二,五	16:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@11/11	
40645608 (SN1189)	2/12-13/1 (27/12)除外	二,五	17:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@11/11	
40645612 (SN1190)	5/12-18/1 (26/12,2/1)除外	一,三	18:00-19:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@14/11	
40645643 (SN1191)	5/12-18/1 (26/12,2/1)除外	一,三	19:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	15+	75	30	@14/11	
社交舞訓練班									
40646397 (SN1237)	1/12-12/1 (22/12,26/12,2/1)除外	一,四	20:00-22:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	8/11	
40646398 (SN1238)	3/12-11/2 (21/1)除外	六	19:00-21:00	赤柱體育館	14+	86	30	8/11	
40646399 (SN1239)	30/12-3/2 (25/1)除外	三,五	20:00-22:00	赤柱體育館	14+	86	30	2/12	
簡易太極班									
40646477 (SN1245)	11/12-19/3 (25/12,1/1,22/1)除外	日	7:00-8:00	鴨脷洲體育館	6+	54	30	15/11	
40646478 (SN1246)	11/12-19/3 (25/12,1/1,22/1)除外	日	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	6+	54	30	15/11	
40646479 (SN1247)	10/12-25/2	六	9:00-10:00	赤柱體育館	6+	54	30	15/11	
40646480 (SN1248)	10/12-25/2	六	10:00-11:00	赤柱體育館	6+	54	30	15/11	
正確使用健身室設施簡介會									
40645506 (SN1180)	10/12	六	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	15+	免費	25	28/10-3/11 (10/11){29/11}	
40645508 (SN1182)	13/12	二	19:00-22:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	28/10-3/11 (10/11){29/11}	
羽毛球訓練班									

40645501 (SN1175)	7/12-15/2 (25/1)除外 29/12-9/2	三	19:00-21:00	香港仔體育館	7+	118	16	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉
40645502 (SN1176)	3/1,24/1,26/1)除外	二,四	9:00-11:00	香港仔體育館	7+	118	16	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉

場地單車訓練班 (第一階段)

40628419 (SN0525)	11/12	日	14:00-18:00	香港單車館	11+	140	15	3/11	📄 ⓘ
-------------------	-------	---	-------------	-------	-----	-----	----	------	-----

壁球訓練班

40646472 (SN1240)	1/12-3/1 (22/12,27/12)除外	二,四	19:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	18+	160	8	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉
40646473 (SN1241)	3/12-21/1	六	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	8	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉
40646474 (SN1242)	3/12-21/1	六	12:00-14:00	香港仔網球及壁球中心	18+	160	8	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉

乒乓球訓練班

40646475 (SN1243)	4/12-26/2 (25/12,1/1,22/1)除外	日	10:00-12:00	香港仔體育館	6+	86	8	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉
40646476 (SN1244)	3/12-11/2 (21/1)除外	六	14:00-16:00	赤柱體育館	6+	86	8	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉

網球訓練班

40646481 (SN1249)	2/12-9/1 (26/12,2/1)除外	一,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	12	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉
40646482 (SN1250)	2/12-4/1	三,五	16:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	12	28/10-3/11 (10/11){29/11}	✉

南區三人籃球比賽2022 (女子組)*

40637785 (QSN0870)	4/12	日	9:00-17:00	鴨脷洲體育館	10+	50	8	18/10-25/10 (31/10){21/11}	✉
--------------------	------	---	------------	--------	-----	----	---	----------------------------	---

南區三人籃球比賽2022 (男子組)*

40637786 (QSN0871)	4/12	日	9:00-17:00	鴨脷洲體育館	10+	50	12	18/10-25/10 (31/10){21/11}	✉
--------------------	------	---	------------	--------	-----	----	----	----------------------------	---

南區籃球比賽2022(女子)*

40646362 (QSN1232)	18/12	日	9:00-19:00	鴨脷洲體育館	12+	60	8	18/10-26/10 (3/11){24/11}	✉
--------------------	-------	---	------------	--------	-----	----	---	---------------------------	---

南區籃球比賽2022(男子)*

40646364 (QSN1233)	18/12	日	9:00-19:00	鴨脷洲體育館	12+	60	8	18/10-26/10 (3/11){24/11}	✉
--------------------	-------	---	------------	--------	-----	----	---	---------------------------	---

南區七人足球比賽2022*

40642095 (QSN1027)	3/12-11/12	六,日	9:00-18:00	黃竹坑遊樂場(硬地足球場)	14+	60	16	14/10-24/10 (28/10){16/11}	✉
--------------------	------------	-----	------------	---------------	-----	----	----	----------------------------	---

南區小學生五人足球比賽2022*

40642094 (QSN1026)	3/12-11/12	六,日	9:00-18:00	黃竹坑遊樂場	6-12	60	16	14/10-24/10 (28/10){16/11}	✉
--------------------	------------	-----	------------	--------	------	----	----	----------------------------	---

網上互動課-健體舞

40645839 (SN1280)	2/12-7/12	一,三,五	15:00-16:00	互聯網.活動前30分鐘登入: zoom.us/join	14+	20	50	11/11	📄 ⓘ
-------------------	-----------	-------	-------------	--------------------------------	-----	----	----	-------	-----

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) {公開候補日期}	報名 方式
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	----------

長者康體匯敘-八段錦同樂

40646275 (SN1225)	13/12-21/2 (27/12,3/1,24/1)除外	二	9:00-11:00	漁光道體育館	30	13/12-21/2	即場報名
40646279 (SN1226)	13/12-21/2 (27/12,3/1,24/1)除外	二	9:00-11:00	漁光道體育館	30	13/12-21/2	即場報名

長者徒手健體訓練班

40645840 (SN1196)	2/12-20/1 (28/12)除外	三,五	7:00-8:00	鴨脷洲體育館	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645841 (SN1197)	2/12-20/1 (28/12)除外	三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645842 (SN1198)	2/12-20/1 (28/12)除外	三,五	9:00-10:00	鴨脷洲體育館	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645843 (SN1199)	1/12-19/1 (27/12)除外	二,四	7:00-8:00	香港仔網球及壁球中心	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645844 (SN1200)	1/12-19/1 (27/12)除外	二,四	8:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645845 (SN1201)	5/12-1/2 (26/12,2/1,23/1,25/1)除外	一,三	10:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645846 (SN1202)	5/12-1/2 (26/12,2/1,23/1,25/1)除外	一,三	11:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	25	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645847 (SN1203)	5/12-9/1 (26/12,2/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	赤柱體育館	30	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉
40645848 (SN1204)	5/12-9/1 (26/12,2/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	赤柱體育館	30	28/10-3/11 (10/11) {29/11}	✉

活力長者計劃-室內草地滾球同樂

40645894 (SN1217)	6/12-31/1 (27/12,24/1)除外	二	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	40	6/12-31/1	即場報名
-------------------	-----------------------------	---	------------	--------	----	-----------	------

活力長者計劃-乒乓球同樂

40645896 (SN1219)	1/12-29/12 (12/12,26/12,27/12)除外	一,二,四	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	4	1/12-29/12	即場報名
40645897 (SN1220)	2/12-30/12 (28/12)除外	三,五	12:00-14:00	鴨脷洲體育館	4	2/12-30/12	即場報名
40645928 (SN1221)	2/12-23/12	五	9:00-11:00	香港仔體育館	8	2/12-23/12	即場報名
40645952 (SN1222)	2/12-30/12 (26/12)除外	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	12	2/12-30/12	即場報名
40648030 (SN1421)	6/12-31/1 (27/12,24/1)除外	二	9:00-11:00	赤柱體育館	8	6/12-31/1	即場報名

活力長者計劃-網球同樂

40646249 (SN1223)	7/12-28/12	三	7:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	4	7/12-28/12	即場報名
活力長者計劃-美式桌球同樂							
40645886 (SN1209)	1/12-29/12 (26/12)除外	一,四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	1/12-29/12	即場報名
40645888 (SN1211)	6/12-20/12	二	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	4	6/12-20/12	即場報名
40645891 (SN1214)	2/12-30/12 (26/12)除外	一,三,五	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	4	2/12-30/12	即場報名
活力長者計劃-門球同樂							
40645892 (SN1215)	2/12-30/12	五	11:00-13:00	鴨脷洲體育館	10	2/12-30/12	即場報名
40645893 (SN1216)	1/12-29/12 (27/12)除外	二,四	14:00-16:00	漁光道體育館	10	1/12-29/12	即場報名