

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

油尖旺區

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>									
40644094 (YM0835)	1/12-23/12 (22/12)除外	二,四,五	20:00-21:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	16	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
<b>成人胸泳訓練班(第二階段)</b>									
40644090 (YM0831)	1/12-23/12 (22/12)除外	二,四,五	19:00-20:00	九龍公園游泳池(訓練池)	18+	100	20	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
<b>健體舞訓練班</b>									
40644126 (YM0867)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	7:30-8:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644127 (YM0868)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	8:30-9:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644128 (YM0869)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	9:30-10:30	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644129 (YM0870)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	11:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644130 (YM0871)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	12:00-13:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644131 (YM0872)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644132 (YM0873)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	18:00-19:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644133 (YM0874)	1/12-19/1 (22/12,27/12,3/1)除外	二,四	19:00-20:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644134 (YM0875)	16/12-27/1 (25/1)除外	三,五	7:00-8:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644135 (YM0876)	16/12-27/1 (25/1)除外	三,五	8:00-9:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644136 (YM0877)	16/12-27/1 (25/1)除外	三,五	9:00-10:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644137 (YM0878)	16/12-27/1 (25/1)除外	三,五	15:00-16:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644138 (YM0879)	16/12-27/1 (25/1)除外	三,五	16:00-17:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	65	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644139 (YM0880)	2/12-11/1	三,五	15:00-16:00	大角咀體育館(六樓1及2號活動室)	14+	65	30	4/11	☒ i
40644140 (YM0881)	2/12-11/1	三,五	16:00-17:00	大角咀體育館(六樓1及2號活動室)	14+	65	30	4/11	☒ i
<b>器械健體訓練班</b>									
@ 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。									
40644101 (YM0842)	14/12-20/1	三,五	8:00-9:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@21/11	☒ i
40644102 (YM0843)	14/12-20/1	三,五	9:00-10:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@21/11	☒ i
40644103 (YM0844)	14/12-20/1	三,五	12:00-13:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@21/11	☒ i
40644104 (YM0845)	14/12-20/1	三,五	13:00-14:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@21/11	☒ i
40644105 (YM0846)	14/12-20/1	三,五	15:00-16:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	75	30	@21/11	☒ i
40644144 (YM0885)	14/12-20/1	三,五	17:00-18:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@14/11	☒ i
40644145 (YM0886)	14/12-20/1	三,五	18:00-19:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@14/11	☒ i
40644146 (YM0887)	14/12-20/1	三,五	19:00-20:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@14/11	☒ i
40644147 (YM0888)	14/12-20/1	三,五	20:00-21:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	75	30	@14/11	☒ i
<b>水中健體訓練班</b>									
40644121 (YM0862)	1/12-19/1 (29/12)除外	四,五	14:00-15:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644122 (YM0863)	1/12-19/1 (29/12)除外	四,五	15:00-16:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644123 (YM0864)	6/12-27/1 (27/12,24/1)除外	二,五	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	15	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644124 (YM0865)	6/12-27/1 (27/12,24/1)除外	二,五	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	14+	80	15	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
<b>簡易太極班</b>									
40647837 (YM1008)	5/12-4/1 (26/12,2/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	京士柏曲棍球場	6+	54	30	1/11	☒ i
40647838 (YM1009)	6/12-3/1 (27/12)除外	二,四,六	7:30-8:30	京士柏曲棍球場	6+	54	30	2/11	☒ i
<b>瑜伽訓練班</b>									
40644112 (YM0853)	2/12-4/1	三,五	10:00-12:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644113 (YM0854)	5/12-13/1 (26/12,2/1)除外	一,五	18:00-20:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	15+	85	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
<b>兒童健體訓練班</b>									
40644119 (YM0860)	3/12-21/1	六	14:00-15:30	花園街體育館(十樓2號活動室)	8-14	75	20	3/11	☒ i
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40644100 (YM0841)	2/12	五	19:00-22:00	花園街體育館(十樓健身室)	15+	免費	25	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644141 (YM0882)	4/12	日	10:00-13:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644142 (YM0883)	13/12	二	9:00-12:00	大角咀體育館(六樓健身室)	15+	免費	25	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
<b>壓力處理與鬆弛技巧訓練班</b>									
40644110 (YM0851)	2/12-18/1	三,五	12:00-13:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644111 (YM0852)	2/12-18/1	三,五	13:00-14:00	花園街體育館(十樓舞蹈室)	14+	80	30	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒

**羽毛球訓練班**

40644096 (YM0837)	29/12-2/2 (24/1)除外	二,四	7:00-9:00	花園街體育館(十三樓主場)	7+	118	12	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
-------------------	--------------------	-----	-----------	---------------	----	-----	----	---------------------------	---

**壁球訓練班**

40644098 (YM0839)	15/12-19/1 (22/12,26/12,2/1)除外	一,四	19:00-21:00	花園街體育館(十一樓壁球室)	7+	160	8	15/11	☒ i
-------------------	-----------------------------------	-----	-------------	----------------	----	-----	---	-------	-----

**乒乓球進階班**

40644099 (YM0840)	13/12-19/1 (22/12,27/12)除外	二,四	18:00-20:00	花園街體育館(十二樓乒乓球室)	14+	86	12	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
-------------------	-------------------------------	-----	-------------	-----------------	-----	----	----	---------------------------	---

**網球訓練班**

40644116 (YM0857)	5/12-11/1 (26/12,2/1)除外	一,三	19:00-21:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	12	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644117 (YM0858)	13/12-17/1 (27/12)除外	二,五	15:00-17:00	京士柏遊樂場網球場	8+	170	12	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒
40644125 (YM0866)	1/12-5/1 (27/12)除外	二,四	19:00-21:00	櫻桃街公園網球場	8+	170	12	21/10-25/10 (3/11){23/11}	☒

**圍棋初級訓練班 (第一階段)**

40644118 (YM0859)	3/12-7/1	六	14:30-16:30	花園街體育館(十二樓3號活動室)	6+	40	20	3/11	☒ i
-------------------	----------	---	-------------	------------------	----	----	----	------	-----

**油尖旺區五人足球比賽2022**

40643632 (QYM0812)	11/12	日	9:00-19:00	旺角麥花臣遊樂場	14+	100	8	3/10-14/10 (21/10){14/11}	☒
--------------------	-------	---	------------	----------	-----	-----	---	---------------------------	---

**油尖旺區女子排球比賽**

40647685 (QYM1005)	25/12	六	8:00-20:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	60	8	18/10-28/10 (3/11){23/11}	☒
--------------------	-------	---	------------	--------------	-----	----	---	---------------------------	---

**油尖旺區男子排球比賽**

40647684 (QYM1004)	25/12	日	8:00-20:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	60	8	18/10-28/10 (3/11){23/11}	☒
--------------------	-------	---	------------	--------------	-----	----	---	---------------------------	---

**運動攀登同樂日**

40644150 (YM0891)	11/12	日	9:00-10:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	免費	10	11/11	☒ i
40644151 (YM0892)	11/12	日	10:00-11:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	免費	10	11/11	☒ i
40644152 (YM0893)	11/12	日	11:00-12:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	免費	10	11/11	☒ i

**運動攀登訓練班**

40644153 (YM0894)	3/12-10/12	六	14:00-17:00	大角咀體育館(七樓主場)	12+	40	10	11/11	☒ i
-------------------	------------	---	-------------	--------------	-----	----	----	-------	-----

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。

**視障人士初級園藝同樂日**

40647824 (YM1006)	17/12	六	14:00-17:00	九龍公園綠化教育資源中心	15+	4	1/11	☒ i
-------------------	-------	---	-------------	--------------	-----	---	------	-----

**智障人士飛盤同樂日**

40647836 (YM1007)	17/12	六	10:00-12:00	大角咀體育館(七樓主場)	6+	3	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) {公開候補日期}	報名 方式
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	----------

**長者游泳訓練班(第一階段)**

40644081 (YM0822)	1/12-31/12	四,六	8:00-9:00	九龍公園游泳池(訓練池)	16	21/10-25/10 (3/11) {23/11}	☒
-------------------	------------	-----	-----------	--------------	----	-------------------------------	---

**長者游泳訓練班(第二階段)**

40644082 (YM0823)	1/12-31/12	四,六	9:00-10:00	九龍公園游泳池(訓練池)	20	21/10-25/10 (3/11) {23/11}	☒
-------------------	------------	-----	------------	--------------	----	-------------------------------	---

**長者康體匯紋 - 八段錦**

40644108 (YM0849)	2/12-30/12 (5/12,19/12,26/12)除外	一,三,五	7:00-9:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	30	2/12-30/12	即場報名
-------------------	------------------------------------	-------	-----------	-----------------	----	------------	------

**長者康體匯紋 - 徒手健體**

40644109 (YM0850)	1/12-29/12 (22/12,27/12)除外	二,四	14:00-15:00	花園街體育館(十樓2號活動室)	30	1/12-29/12	即場報名
-------------------	-------------------------------	-----	-------------	-----------------	----	------------	------

**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。

40644106 (YM0847)	14/12-20/1	三,五	14:00-15:00	花園街體育館(十樓健身室)	30	@21/10-25/10 (3/11) {23/11}	☒
-------------------	------------	-----	-------------	---------------	----	--------------------------------	---

**長者康體匯紋- 羽毛球同樂**

40644149 (YM0890)	1/12-29/12 (27/12)除外	二,四	8:00-10:00	大角咀體育館(七樓主場)	12	1/12-29/12	即場報名
-------------------	-------------------------	-----	------------	--------------	----	------------	------