






















康樂及文化事務署  
社區康樂活動  
2023年1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
<b>健體舞訓練班</b>									
40647692 (SN1313)	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	20/12	 
40647693 (SN1314)	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	9:00-10:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	20/12	 
40647694 (SN1315)	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	10:00-11:00	鴨脷洲體育館	14+	65	30	20/12	 
40647695 (SN1316)	19/1-18/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	香港仔體育館	14+	65	30	19/12	 
40647696 (SN1317)	19/1-18/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	10:00-11:00	香港仔體育館	14+	65	30	19/12	 
<b>兒童舞訓練班</b>									
40647853 (SN1336)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	4-11	60	20	8/12	 
40647854 (SN1337)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	4-11	60	20	8/12	 
<b>中國舞訓練班</b>									
40647855 (SN1338)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	香港仔體育館	12+	45	30	8/12	 
<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>									
40647858 (SN1342)	31/1-9/3	二,四	7:00-8:00	香港仔體育館	15+	75	28	@16/12	 
40647859 (SN1343)	31/1-9/3	二,四	8:00-9:00	香港仔體育館	15+	75	28	@16/12	 
40647860 (SN1344)	31/1-9/3	二,四	9:00-10:00	香港仔體育館	15+	75	28	@16/12	 
40647861 (SN1345)	31/1-9/3	二,四	16:00-17:00	香港仔體育館	15+	75	28	@28/12	 
40647862 (SN1346)	31/1-9/3	二,四	17:00-18:00	香港仔體育館	15+	75	28	@28/12	 
40647863 (SN1347)	31/1-9/3	二,四	19:00-20:00	香港仔體育館	15+	75	28	@28/12	 
<b>爵士舞訓練班</b>									
40648170 (SN1385)	13/1-17/3	五	16:00-18:00	鴨脷洲體育館	12+	70	30	13/12	 
40648171 (SN1386)	15/1-26/3 (22/1)除外	日	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	12+	70	30	13/12	 
<b>社交舞訓練班</b>									
40648206 (SN1403)	4/1-11/2 (21/1,25/1)除外	三,六	18:00-20:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648207 (SN1404)	6/1-10/3	五	20:00-22:00	鴨脷洲體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648214 (SN1405)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	18:00-20:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648218 (SN1406)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	16:00-18:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648223 (SN1407)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	20:00-22:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648226 (SN1408)	9/1-15/2 (23/1,25/1)除外	一,三	20:00-22:00	香港仔體育館	14+	86	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
<b>西方土風舞訓練班</b>									
40648236 (SN1418)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	14:00-16:00	香港仔體育館	8+	45	30	7/12	 
<b>瑜伽訓練班</b>									
40648237 (SN1419)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	15+	85	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40648238 (SN1420)	11/1-22/3 (25/1)除外	三	9:00-11:00	香港仔體育館	15+	85	30	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40647849 (SN1333)	14/1	六	14:00-17:00	鴨脷洲體育館	15+	免費	25	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647851 (SN1334)	10/1	二	19:00-22:00	香港仔網球及壁球中心	15+	免費	25	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
<b>羽毛球訓練班</b>									
40647699 (SN1320)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647700 (SN1321)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647701 (SN1322)	4/1-8/2 (25/1)除外	三,五	9:00-11:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647702 (SN1323)	14/1-25/3 (21/1)除外	六	16:00-18:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647703 (SN1324)	5/1-9/3	四	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647839 (SN1325)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	14:00-16:00	香港仔體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647840 (SN1326)	10/1-21/3 (24/1)除外	二	18:00-20:00	香港仔體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647841 (SN1327)	11/1-22/3 (25/1)除外	三	18:00-20:00	赤柱體育館	7+	118	24	15/12	 
40647842 (SN1328)	14/1-18/3	六	11:00-13:00	赤柱體育館	18+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647846 (SN1330)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	15:00-17:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647847 (SN1331)	5/1-9/3	四	19:00-21:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
40647848 (SN1332)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	18:00-20:00	漁光道體育館	7+	118	24	25/11-1/12 (8/12)(29/12)	
<b>室內草地滾球推廣日</b>									
40648072 (SN1380)	2/1	一	10:00-11:00	鴨脷洲體育館	8+	免費	24	2/12	 
40648073 (SN1381)	2/1	一	11:00-12:00	鴨脷洲體育館	8+	免費	24	2/12	 

40648074 (SN1382)	2/1	—	12:00-13:00	鴨脷洲體育館	8+	免費	24	2/12	
-------------------	-----	---	-------------	--------	----	----	----	------	--

#### 室內草地滾球訓練班

40648168 (SN1383)	3/1-31/1 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	鴨脷洲體育館	8+	54	16	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
40648169 (SN1384)	7/1-4/3 (21/1)除外	六	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	8+	54	16	25/11-1/12 (8/12){29/12}	

#### 壁球訓練班

40648227 (SN1409)	4/1-1/2 (25/1)除外	三,五	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	7+	160	12	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
-------------------	------------------	-----	-------------	------------	----	-----	----	--------------------------	--

#### 乒乓球訓練班

40648228 (SN1410)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	6+	86	24	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
40648229 (SN1411)	7/1-18/3 (28/1)除外	六	14:00-16:00	香港仔體育館	6+	86	12	25/11-1/12 (8/12){29/12}	

#### 兒童乒乓球訓練班

40648231 (SN1413)	13/1-17/3	五	16:00-18:00	鴨脷洲體育館	6-13	86	24	12/12	
-------------------	-----------	---	-------------	--------	------	----	----	-------	--

#### 成人乒乓球訓練班

40648230 (SN1412)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	20:00-22:00	鴨脷洲體育館	14+	86	24	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
-------------------	-------------------	---	-------------	--------	-----	----	----	--------------------------	--

#### 網球訓練班

40648232 (SN1414)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
40648233 (SN1415)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,四	8:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
40648234 (SN1416)	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	16:00-18:00	香港仔網球及壁球中心	8+	170	18	25/11-1/12 (8/12){29/12}	
40648235 (SN1417)	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	18:00-20:00	香港仔網球及壁球中心	18+	170	18	25/11-1/12 (8/12){29/12}	

#### 美式桌球訓練班 (第二階段)

40647697 (SN1318)	7/1-28/1	六	15:00-17:00	香港仔網球及壁球中心	8+	120	6	7/12	
-------------------	----------	---	-------------	------------	----	-----	---	------	--

#### 康體匯教—青年足球同樂

40648181 (SN1393)	20/1-27/1	五	18:00-20:00	黃竹坑遊樂場	12-35	免費	33	20/1-27/1	即場報名
-------------------	-----------	---	-------------	--------	-------	----	----	-----------	------

#### 社區團圓計劃

40647856 (SN1339)	7/1-13/5 (8/4)除外	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	海洋公園道社區團圓	12+	400	18	25/11-1/12 (9/12){29/12}	
-------------------	------------------	---------------	------------	-----------	-----	-----	----	--------------------------	--

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

#### 專為殘疾人士舉辦的活動的報名方法

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。

#### 視障人士徒手健體同樂日

40648240 (SN1312)	30/1	—	14:00-16:00	鴨脷洲體育館	14+	4	29/12	
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	---	-------	--

#### 肢體傷殘人士坐式團體有氧運動訓練班

40629148 (SN0527)	5/1-16/2 (26/1)除外	四	16:00-18:00	鴨脷洲體育館	14+	15	6/12	
-------------------	-------------------	---	-------------	--------	-----	----	------	--

#### 傷健活力嘉年華

40647852 (SN1335)	12/1	四	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	不限	500	12/1	即場報名
-------------------	------	---	-------------	--------	----	-----	------	------

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

#### 長者康體匯教—八段錦同樂

40648176 (SN1391)	12/1-2/3	四	9:00-11:00	漁光道體育館	30	12/1-2/3	即場報名
40648178 (SN1392)	12/1-2/3	四	9:00-11:00	漁光道體育館	30	12/1-2/3	即場報名

#### 長者徒手健體訓練班

40647864 (SN1348)	10/1-2/3 (24/1,26/1)除外	二,四	7:00-8:00	香港仔體育館	25	25/11-1/12 (8/12) {29/12}	
40647865 (SN1349)	10/1-2/3 (24/1,26/1)除外	二,四	8:00-9:00	香港仔體育館	25	25/11-1/12 (8/12) {29/12}	
40648038 (SN1350)	16/1-20/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	赤柱體育館	30	25/11-1/12 (8/12) {29/12}	
40648039 (SN1351)	16/1-20/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	赤柱體育館	30	25/11-1/12 (8/12) {29/12}	

#### 活力長者計劃-室內草地滾球同樂

40648061 (SN1369)	4/1-22/2 (25/1)除外	三	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	4/1-22/2	即場報名
40648062 (SN1370)	5/1-23/2	四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	5/1-23/2	即場報名
40648063 (SN1371)	6/1-24/2	五	8:00-10:00	鴨脷洲體育館	40	6/1-24/2	即場報名
40648064 (SN1372)	9/1-27/2 (23/1)除外	—	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	40	9/1-27/2	即場報名

#### 活力長者計劃-乒乓球同樂

40648065 (SN1373)	3/1-31/1 (9/1,23/1,24/1,26/1)除外	一,二,四	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	6	3/1-31/1	即場報名
40648066 (SN1374)	4/1-27/1 (25/1)除外	三,五	12:00-14:00	鴨脷洲體育館	6	4/1-27/1	即場報名
40648067 (SN1375)	6/1-27/1	五	9:00-11:00	香港仔體育館	8	6/1-27/1	即場報名
40648068 (SN1376)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	18	4/1-30/1	即場報名

**活力長者計劃-網球同樂**

40648071 (SN1379)	4/1-18/1	三	7:00-10:00	香港仔網球及壁球中心	6	4/1-18/1	即場報名
-------------------	----------	---	------------	------------	---	----------	------

**活力長者計劃-美式桌球同樂**

40648052 (SN1360)	3/1-31/1 (24/1)除外	二	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	6	3/1-31/1	即場報名
40648053 (SN1361)	4/1-27/1 (25/1)除外	三,五	10:00-12:00	鴨脷洲體育館	6	4/1-27/1	即場報名
40648054 (SN1362)	5/1-30/1 (23/1)除外	一,四	7:00-9:00	鴨脷洲體育館	6	5/1-30/1	即場報名
40648055 (SN1363)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	7:00-9:00	香港仔網球及壁球中心	6	4/1-30/1	即場報名
40648056 (SN1364)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	9:00-11:00	香港仔網球及壁球中心	6	4/1-30/1	即場報名
40648057 (SN1365)	5/1-31/1 (17/1,24/1)除外	二,四	10:00-12:00	香港仔網球及壁球中心	6	5/1-31/1	即場報名

**活力長者計劃-門球同樂**

40648058 (SN1366)	6/1-27/1	五	11:00-13:00	鴨脷洲體育館	15	6/1-27/1	即場報名
-------------------	----------	---	-------------	--------	----	----------	------

**活力長者計劃-門球同樂**

40648060 (SN1368)	5/1-31/1 (24/1)除外	二,四	14:00-16:00	漁光道體育館	15	5/1-31/1	即場報名
-------------------	----------------------	-----	-------------	--------	----	----------	------