

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

元朗區

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
兒童舞訓練班									
40648692 (YL1415-22)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	鳳琴街體育館	4-11	60	20	5/12	 
40648693 (YL1416-22)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	11:00-13:00	鳳琴街體育館	4-11	60	20	5/12	 
40648696 (YL1419-22)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	9:00-11:00	天暉路體育館	4-11	60	20	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
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，餘額則按抽籤結果由其他申請人填補。 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。									
40648705 (YL1430-22)	3/1-14/2 (24/1)除外	二,四	20:00-21:00	朗屏體育館	15+	75	15	@5/12	 
40648706 (YL1431-22)	3/1-14/2 (24/1)除外	二,四	21:00-22:00	朗屏體育館	15+	75	15	@5/12	 
40648707 (YL1432-22)	16/1-27/2 (23/1)除外	一,五	19:00-20:00	朗屏體育館	15+	75	15	@7/12	 
40648708 (YL1433-22)	16/1-27/2 (23/1)除外	一,五	20:00-21:00	朗屏體育館	15+	75	15	@7/12	 
40648713 (YL1438-22)	27/1-7/3	二,五	20:00-21:00	天暉路體育館	15+	75	20	@7/12	 
40648714 (YL1439-22)	27/1-7/3	二,五	21:00-22:00	天暉路體育館	15+	75	20	@7/12	 
社交舞訓練班									
40648732 (YL1473-22)	5/1-9/3	四	18:00-20:00	朗屏體育館	14+	86	30	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
40648733 (YL1474-22)	6/1-10/3	五	20:00-22:00	朗屏體育館	14+	86	30	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
40648737 (YL1478-22)	10/1-21/3 (24/1)除外	二	18:00-20:00	天暉路體育館	14+	86	30	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
太極拳訓練班									
40650239 (YL1370-22)	4/1-8/5 (23/1,25/1,5/4,7/4,10/4,1/5)除外	一,三,五	18:30-19:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	6/12	 
40650245 (YL1375-22)	4/1-8/5 (23/1,25/1,5/4,7/4,10/4,1/5)除外	一,三,五	7:30-8:30	橫台山遊樂場	6+	60	40	6/12	 
40650555 (YL1369-22)	4/1-8/5 (23/1,25/1,5/4,7/4,10/4,1/5)除外	一,三,五	7:30-8:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	6/12	 
太極訓練班									
40650584 (YL1767-22)	4/1-8/5 (23/1,25/1,5/4,7/4,10/4,1/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	天水圍公園(五人足球場)	6+	60	40	5/12	 
簡易太極訓練班									
40650342	16/1-17/2 (23,25,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	鳳琴街體育館	6+	54	30	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
太極劍訓練班									
40650246 (YL1378-22)	4/1-8/5 (23/1,25/1,5/4,7/4,10/4,1/5)除外	一,三,五	6:30-7:30	大橋街市休憩處	6+	60	40	6/12	 
40650585 (YL1768-22)	3/1-27/4 (24/1,8/4)除外	二,四,六	8:00-9:00	天水圍公園(五人足球場)	6+	60	40	5/12	 
西方土風舞訓練班									
40648755 (YL1503-22)	10/1-21/3 (24/1)除外	二	20:00-22:00	天暉路體育館	8+	45	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
瑜伽訓練班									
40648756 (YL1505-22)	6/1-17/3 (27/1)除外	五	19:00-21:00	鳳琴街體育館	15+	85	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
40648757 (YL1506-22)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	13:00-15:00	鳳琴街體育館	15+	85	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
40648758 (YL1507-22)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	13:00-15:00	朗屏體育館	15+	85	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
40648759 (YL1508-22)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	15:00-17:00	朗屏體育館	15+	85	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
正確使用健身室設施簡介會									
40648715 (YL1440-22)	8/1	日	15:00-18:00	朗屏體育館	15+	免費	15	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
40648716 (YL1441-22)	8/1	日	15:00-18:00	天暉路體育館	15+	免費	25	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
羽毛球訓練班									
40648681 (YL1400-22)	7/1-18/3 (28/1)除外	六	15:00-17:00	鳳琴街體育館	7+	118	24	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
40648682 (YL1401-22)	6/1-10/2 (24/1)除外	二,五	20:00-22:00	朗屏體育館	7+	118	18	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
40648684 (YL1403-22)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	天暉路體育館	7+	118	24	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
青少年羽毛球訓練班									
40648683 (YL1402-22)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	朗屏體育館	7-17	118	18	21/11-28/11 (6/12){29/12}	
元朗區壁球公開賽2022 (女子兒童組)*									
40649907 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	0-12	20	24	15/11	 
元朗區壁球公開賽2022 (女子少年組)*									
40649906 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	13-15	20	8	15/11	 
元朗區壁球公開賽2022 (女子成人組)*									
40649904 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	19+	20	8	15/11	 

元朗區壁球公開賽2022 (女子青年組)*

40649905 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	16-18	20	8	15/11		
-----------------------	----------	---	------------	-------	-------	----	---	-------	--	--

元朗區壁球公開賽2022 (男子兒童組)*

40649903 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	0-12	20	48	15/11		
-----------------------	----------	---	------------	-------	------	----	----	-------	--	--

元朗區壁球公開賽2022 (男子少年組)*

40649902 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	13-15	20	12	15/11		
-----------------------	----------	---	------------	-------	-------	----	----	-------	--	--

元朗區壁球公開賽2022 (男子成人組)*

40649900 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	19+	20	24	15/11		
-----------------------	----------	---	------------	-------	-----	----	----	-------	--	--

元朗區壁球公開賽2022 (男子青年組)*

40649901 (QYL0532-22)	8/1-29/1	日	9:00-20:00	朗屏體育館	16-18	20	12	15/11		
-----------------------	----------	---	------------	-------	-------	----	----	-------	--	--

壁球訓練班

40648741 (YL1485-22)	3/1-2/2 (24/1,26/1)除外	二,四	19:30-21:30	大橋街市壁球場	7+	160	8	21/11-28/11 (6/12)(29/12)	
----------------------	--------------------------	-----	-------------	---------	----	-----	---	---------------------------	--

乒乓球訓練班

40648747 (YL1491-22)	5/1-16/3 (26/1)除外	四	9:00-11:00	鳳琴街體育館	6+	86	24	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
40648750 (YL1494-22)	20/1-24/2 (24/1)除外	二,五	16:00-18:00	朗屏體育館	6+	86	24	29/11-5/12 (13/12){4/1}	

網球訓練班

40646226 (YL1383-22)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,五	20:00-22:00	天水圍公園	8+	170	12	21/11-28/11 (6/12)(29/12)	
40648746 (YL1490-22)	3/1-14/3 (24/1)除外	二	20:00-22:00	西菁街網球場	8+	170	18	21/11-28/11 (6/12)(29/12)	

籃球訓練班

40648687 (YL1409-22)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	14:00-16:00	天暉路體育館	10+	75	30	29/11-5/12 (13/12){4/1}	
----------------------	-------------------	---	-------------	--------	-----	----	----	-------------------------	--

成人體操訓練班

40648729 (YL1470-22)	3/1-14/3 (24/1)除外	二	20:00-22:00	天水圍公園(五人足球場)	18+	40	20	1/12		
----------------------	-------------------	---	-------------	--------------	-----	----	----	------	--	--

元朗區排球比賽2022 (女子公開組)

40649911 (QYL0667-22)	29/1-26/2	日	9:00-23:00	天暉路體育館	不限	60	16	15/11-22/11 (1/12)(18/12)	
-----------------------	-----------	---	------------	--------	----	----	----	---------------------------	--

元朗區排球比賽2022 (女子青少年組)

40649913 (QYL0667-22)	29/1-26/2	日	9:00-23:00	天暉路體育館	0-18	60	12	15/11-22/11 (1/12)(18/12)	
-----------------------	-----------	---	------------	--------	------	----	----	---------------------------	--

元朗區排球比賽2022 (男子公開組)

40649910 (QYL0667-22)	29/1-26/2	日	9:00-23:00	天暉路體育館	不限	60	24	15/11-22/11 (1/12)(18/12)	
-----------------------	-----------	---	------------	--------	----	----	----	---------------------------	--

元朗區排球比賽2022 (男子青少年組)

40649912 (QYL0667-22)	29/1-26/2	日	9:00-23:00	天暉路體育館	0-18	60	8	15/11-22/11 (1/12)(18/12)	
-----------------------	-----------	---	------------	--------	------	----	---	---------------------------	--

運動攀登同樂日

40648700 (YL1423-22)	15/1	日	14:00-15:30	天暉路體育館	12+	免費	18	5/12		
40648701 (YL1424-22)	15/1	日	15:30-17:00	天暉路體育館	12+	免費	18	5/12		

長者活動編號 (班號) <small>(供60歲或以上人士參加, 費用全免)</small>	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投表日期 <small>(抽籤日期) {公開候補日期}</small>	報名 方式
---	----	----	----	----	----	---	----------

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。

40648703 (YL1428-22)	4/1-15/2 (25/1)除外	三,五	7:00-8:00	朗屏體育館	15	@21/11-28/11 (6/12) {29/12}	
40648704 (YL1429-22)	4/1-15/2 (25/1)除外	三,五	8:00-9:00	朗屏體育館	15	@21/11-28/11 (6/12) {29/12}	
40648709 (YL1434-22)	5/1-4/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	天暉路體育館	20	@21/11-28/11 (6/12) {29/12}	
40648710 (YL1435-22)	5/1-4/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	天暉路體育館	20	@21/11-28/11 (6/12) {29/12}	

長者社交舞訓練班

40648731 (YL1472-22)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	10:00-12:00	鳳琴街體育館	30	21/11-28/11 (6/12) {29/12}	
40648734 (YL1475-22)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	10:00-12:00	朗屏體育館	30	21/11-28/11 (6/12) {29/12}	
40648738 (YL1479-22)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	10:00-12:00	天暉路體育館	30	21/11-28/11 (6/12) {29/12}	

活力長者計劃 - 乒乓球同樂

40648748 (YL1492-22)	4/1-1/2 (25/1)除外	三	9:00-10:00	鳳琴街體育館	30	29/11-5/12 (13/12) {4/1}	
40648749 (YL1493-22)	4/1-1/2 (25/1)除外	三	10:00-11:00	鳳琴街體育館	30	29/11-5/12 (13/12) {4/1}	

活力長者計劃 - 門球同樂

40648719 (YL1447-22)	4/1-18/1	一,三	7:00-9:00	天水圍公園	15	2/12		
40648721 (YL1449-22)	5/1-19/1	一,四	7:00-9:00	元朗公園	15	2/12		