

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

葵青區

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>									
40650564 (KWT1467)	5/1-21/2 (24/1,26/1)除外	二,四	9:00-10:00	長發體育館	14+	65	20	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
40650565 (KWT1468)	5/1-21/2 (24/1,26/1)除外	二,四	10:00-11:00	長發體育館	14+	65	20	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
<b>爵士舞訓練班</b>									
40624139 (KWT1515)	8/1-26/3 (22/1, 29/1 除外)	日	10:00-12:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	70	16	14/12	📄 i
<b>兒童舞訓練班</b>									
40650611 (KWT1489)	7/1-25/3 (21/1,28/1)除外	六	16:00-18:00	大窩口體育館	4-6	60	20	9/12	📄 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>									
40650561 (KWT1433)	3/1-21/2 (24/1,26/1,14/2)除外	二,四	19:00-20:00	長發體育館	15+	75	20	@12/12	📄 i
40650562 (KWT1434)	3/1-21/2 (24/1,26/1,14/2)除外	二,四	20:00-21:00	長發體育館	15+	75	20	@12/12	📄 i
40650568 (KWT1446)	4/1-17/2 (25/1,27/1)除外	三,五	8:00-9:00	長發體育館	15+	75	20	@12/12	📄 i
40650569 (KWT1447)	4/1-17/2 (25/1,27/1)除外	三,五	9:00-10:00	長發體育館	15+	75	20	@12/12	📄 i
<b>社交舞訓練班</b>									
40623994 (KWT1492)	7/1-25/3 (21/1, 28/1除外)	六	15:00-17:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	86	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40643719 (KWT1490)	7/1-25/3 (21/1,28/1)除外	六	19:00-21:00	荔景體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650571 (KWT1445)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	19:00-21:00	長發體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650589 (KWT1485)	6/1-17/3 (27/1)除外	五	14:00-16:00	青衣體育館	14+	86	30	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650612 (KWT1514)	8/1-26/3 (22/1,29/1)除外	日	15:00-17:00	大窩口體育館	14+	86	26	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
<b>太極拳訓練班</b>									
40643172 (KWT1536)	9/1-12/5	一,三,五	20:15-21:15	青衣運動場(近宏福花園空地)	6+	60	35	12/12	📄 i
40650661 (1312)	4/1-10/5 (23,25,27/1,5,7,10/4,1/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	待定	6+	60	40	12/12	📄 i
<b>太極劍訓練班</b>									
40638021 (KWT1537)	9/1-12/5	一,三,五	7:00-8:00	長安村安海樓籃球場	6+	60	40	12/12	📄 i
40650649 (KWT1552)	30/1-31/5 (5/4,7/4,10/4,1/5,26/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	荔景足球場	6+	60	40	8/12	📄 i
<b>西方土風舞訓練班</b>									
40626604 (KWT1504)	7/1-25/3 (21/1,28/1)除外	六	16:00-18:00	青衣西南體育館	8+	45	25	15/12	📄 i
40650581 (KWT1488)	7/1-25/3 (21/1,28/1)除外	六	10:00-12:00	長發體育館	8+	45	20	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
<b>瑜伽訓練班</b>									
40643718 (KWT1472)	5/1-16/3 (26/1)除外	四	19:00-21:00	荔景體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40643720 (KWT1491)	7/1-25/3 (21/1,28/1)除外	六	8:00-10:00	荔景體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650563 (KWT1432)	3/1-21/3 (24/1,14/2)除外	二	19:00-21:00	長發體育館	15+	85	25	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650596 (KWT1461)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650598 (KWT1487)	6/1-17/3 (27/1)除外	五	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40643721 (KWT1511)	8/1	日	15:00-18:00	荔景體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
40643722 (KWT1512)	8/1	日	16:00-19:00	荔景體育館	15+	免費	25	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
40650575 (KWT1540)	10/1	二	18:00-21:00	楓樹窩體育館	15+	免費	23	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
40650576 (KWT1541)	10/1	二	19:00-22:00	楓樹窩體育館	15+	免費	23	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉
<b>羽毛球訓練班</b>									
40623624 (KWT1462)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	19:00-21:00	青衣西南體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40623984 (KWT1442)	4/1-15/3 (25/1)除外	三	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40643711 (KWT1451)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	9:00-11:00	荔景體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40643712 (KWT1463)	5/1-16/3 (26/1)除外	四	19:00-21:00	荔景體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650566 (KWT1431)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	19:00-21:00	長發體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
40650588 (KWT1438)	3/1-21/3 (24/1,14/2)除外	二	19:00-21:00	青衣體育館	7+	118	24	21/11-25/11 (6/12)(20/12)	✉
<b>室內氣手槍射擊同樂日</b>									
40627096 (KWT-1508)	8/1	日	15:00-16:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	22/11-26/11 (8/12)(28/12)	✉

40627097 (KWT-1509)	8/1	日	16:00-17:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	50	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉
---------------------	-----	---	-------------	--------------	-----	----	----	---------------------------	---

### 壁球訓練班

40624130 (KWT1443)	4/1-6/2 (23/1, 25/1 除外)	一,三	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	160	8	9/12	📄 i
40643724 (KWT1529)	9/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三	19:00-21:00	荔景體育館	7+	160	8	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉
40650610 (KWT1441)	4/1-6/2 (23/1,25/1)除外	一,三	19:00-21:00	大窩口體育館	7+	160	8	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉

### 乒乓球訓練班

40623980 (KWT1530)	9/1-20/3 (23/1除外)	一	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	6+	86	24	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉
40643723 (KWT1522)	9/1-20/3 (23/1除外)	一	19:00-21:00	荔景體育館	6+	86	24	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉
40650572 (KWT1444)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	19:00-21:00	長發體育館	6+	86	24	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉
40650580 (KWT1545)	14/1-1/4 (21/1,28/1)除外	六	16:00-18:00	楓樹窩體育館	6+	86	24	21/11-25/11 (6/12){20/12}	✉

### 室內網球訓練班

40624012 (KWT1478)	6/1-15/2 (25/1, 27/1除外)	三,五	17:00-19:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	170	6	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉
--------------------	----------------------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	---------------------------	---

### 網球訓練班

40626522 (KWT1477)	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	9:00-11:00	葵盛遊樂場	8+	170	18	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉
40626523 (KWT1482)	6/1-10/3	五	19:00-21:00	葵盛遊樂場	8+	170	12	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉
40626536 (KWT1550)	17/1-21/2 (24/1)除外	二,五	9:00-11:00	石梨街網球場	8+	170	12	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉
40650586 (1484)	6/1-10/2	三, 星期五	9:00-11:00	青衣公園	8+	170	18	22/11-26/11 (8/12){28/12}	✉

### 高爾夫球同樂日

40637347 (KWT1549)	15/1	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	12	15/12	📄 i
40637348 (KWT1551)	29/1	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	12	15/12	📄 i

### 高爾夫球短距離球訓練班

40649938 (KWT1440)	3/1-17/1	二	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	21/11-25/11 (6/12){22/12}	✉
--------------------	----------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

### 高爾夫球訓練班(第一階段)

40649934 (KWT1439)	3/1-17/1	二	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	21/11-25/11 (6/12){22/12}	✉
40649935 (KWT1518)	8/1-29/1 (22/1)除外	日	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	21/11-25/11 (6/12){22/12}	✉

### 高爾夫球訓練班(第二階段)

40649936 (KWT1519)	8/1-29/1 (22/1)除外	日	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	21/11-25/11 (6/12){22/12}	✉
--------------------	-------------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

### 籃球訓練班

40623638 (KWT1538)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	19:00-21:00	青衣西南體育館	10+	75	30	2/12	📄 i
--------------------	-------------------	---	-------------	---------	-----	----	----	------	-----

### 葵青區五人足球比賽2022/23

40649937 (QKWT-1548)	8/1-15/1	日	12:00-19:00	坑坪路遊樂場(硬地足球場)	15+	60	16	10/11-24/11 (30/11){19/12}	✉
----------------------	----------	---	-------------	---------------	-----	----	----	----------------------------	---

### 運動攀登同樂日

40626595 (KWT1505)	7/1	六	13:00-14:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	2/12	📄 i
40626596 (KWT1506)	7/1	六	14:30-16:00	青衣西南體育館	12+	免費	24	2/12	📄 i
40626597 (KWT1507)	7/1	六	16:00-17:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	2/12	📄 i

### 葵青區體趣嘉年華暨飛盤同樂日

40650643 (KWT1259)	2/1	一	13:00-17:00	葵涌運動場	8+	免費	3200	2/1	即場報名
--------------------	-----	---	-------------	-------	----	----	------	-----	------

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：

- (1) 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。
- (2) 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。

### 精神病康復者徒手健體訓練計劃

40650560	3/1-31/1	二	14:00-16:00	大窩口體育館	15+	4	13/12	📄 i
----------	----------	---	-------------	--------	-----	---	-------	-----

### 肢體傷殘人士坐式團體有氧運動訓練班

40650662 (KWT0780)	10/1-31/1 (24/1)除外	二,四	15:00-17:00	青衣體育館	14+	15	22/11	📄 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。

40650613 (KWT1452)	4/1-29/3 (25/1)除外	三	13:00-14:00	大窩口體育館	20	@22/11-26/11 (8/12) {28/12}	✉
40650614 (KWT1453)	4/1-29/3 (25/1)除外	三	14:00-15:00	大窩口體育館	20	@22/11-26/11 (8/12) {28/12}	✉

### 活力長者計劃-乒乓球自習

40624050 (KWT1473)	5/1-19/1	四	13:30-14:30	北葵涌鄧肇堅體育館	16	7/12	📄 i
40624051 (KWT1474)	5/1-19/1	四	14:30-15:30	北葵涌鄧肇堅體育館	16	7/12	📄 i

40643716 (KWT1523)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	7:00-8:00	荔景體育館	24	7/12	☞ i
40643717 (KWT1524)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	荔景體育館	24	7/12	☞ i
40650578 (KWT1520)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	13:00-14:00	長發體育館	24	7/12	☞ i
40650579 (KWT1521)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	14:00-15:00	長發體育館	24	7/12	☞ i
40650590 (KWT1532)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	7:00-8:00	青衣體育館	24	7/12	☞ i
40650591 (KWT1533)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	青衣體育館	24	7/12	☞ i

#### 活力長者計劃-健體同樂

40643713 (KWT1471)	5/1-19/1	四	8:00-9:00	荔景體育館	25	6/12	☞ i
40643714 (KWT1527)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	7:00-8:00	荔景體育館	25	6/12	☞ i
40650607 (KWT1469)	5/1-19/1	四	9:00-10:00	大窩口體育館	25	22/11-26/11 (8/12) {28/12}	☞ i
40650608 (KWT1470)	5/1-19/1	四	10:00-11:00	大窩口體育館	25	22/11-26/11 (8/12) {28/12}	☞ i
40624082 (KWT1454)	4/1-18/1	三	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	6/12	☞ i
40624083 (KWT1455)	4/1-18/1	三	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	18	6/12	☞ i
40650594 (KWT1534)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	青衣體育館	20	6/12	☞ i
40650595 (KWT1535)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	9:00-10:00	青衣體育館	20	6/12	☞ i

#### 活力長者計劃-器械健體同樂

40643715 (KWT1528)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	荔景體育館	20	13/12	☞ i
--------------------	----------------------	---	-----------	-------	----	-------	-----

#### 活力長者計劃-羽毛球自習

40626562 (KWT1544)	10/1-31/1 (24/1)除外	二	7:00-8:00	青衣西南體育館	16	5/12	☞ i
40626563 (KWT1539)	10/1-31/1 (24/1)除外	二	8:00-9:00	青衣西南體育館	16	5/12	☞ i
40650573 (KWT1465)	5/1-19/1	四	13:00-14:00	長發體育館	24	5/12	☞ i
40650577 (KWT1466)	5/1-19/1	四	14:00-15:00	長發體育館	24	5/12	☞ i
40650592 (KWT1459)	4/1-18/1	三	7:00-8:00	青衣體育館	20	5/12	☞ i
40650593 (KWT1460)	4/1-18/1	三	8:00-9:00	青衣體育館	20	5/12	☞ i

#### 活力長者計劃-門球自習

40650567 (KWT1449)	4/1-18/1	三	9:00-10:00	楓樹窩體育館	20	1/12	☞
40650574 (KWT1450)	4/1-18/1	三	10:00-11:00	楓樹窩體育館	20	1/12	☞