

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

東區

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									
40647680 (EN1448)	5/1-9/3	四	19:00-21:00	小西灣運動場	16+	130	40	2/12	 
健體舞訓練班									
40647613 (EN1396)	17/1-28/2 (24/1)除外	二,四	19:00-20:00	港島東體育館	14+	65	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647614 (EN1397)	17/1-28/2 (24/1)除外	二,四	20:00-21:00	港島東體育館	14+	65	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647628 (EN1411)	9/1-10/2 (23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	14:00-15:00	渣華道體育館	14+	65	30	6/12	 
40647629 (EN1412)	9/1-10/2 (23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	15:00-16:00	渣華道體育館	14+	65	30	6/12	 
40647642 (EN1425)	4/1-13/2 (11/1,20/1,23/1,25/1,27/1,8/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	29/11	 
40647644 (EN1426)	4/1-13/2 (11/1,20/1,23/1,25/1,27/1,8/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	29/11	 
40647645 (EN1427)	4/1-13/2 (11/1,20/1,23/1,25/1,27/1,8/2)除外	一,三,五	9:00-10:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	29/11	 
40647646 (EN1428)	4/1-13/2 (11/1,20/1,23/1,25/1,27/1,8/2)除外	一,三,五	10:00-11:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	29/11	 
40647648 (EN1429)	4/1-13/2 (11/1,20/1,23/1,25/1,27/1,8/2)除外	一,三,五	11:00-12:00	鯽魚涌體育館	14+	65	30	29/11	 
八段錦訓練班									
40647608 (EN1391)	13/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	杏花村遊樂場	8+	80	30	8/12	 
40650248 (EN1452)	13/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	北角街市天台兒童遊樂場	8+	80	30	8/12	 
兒童舞訓練班									
40647630 (EN1413)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	渣華道體育館	4-11	60	20	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
中國舞訓練班									
40647619 (EN1402)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	19:00-21:00	港島東體育館	12+	45	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647659 (EN1434)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	16:00-18:00	鯽魚涌體育館	12+	45	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
東區新春社交舞之夜									
40644514 (EN1284)	28/1	六	19:00-22:00	港島東體育館	6+	20	200	22/12	 
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>									
40647544 (EN1358)	16/1-17/2 (23/1,25/1,13/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴灣體育館	15+	75	23	@14/12	 
40647545 (EN1359)	16/1-17/2 (23/1,25/1,13/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	柴灣體育館	15+	75	23	@14/12	 
40647547 (EN1360)	4/1-3/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	柴灣體育館	15+	75	23	@30/11	 
40647548 (EN1361)	4/1-3/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	柴灣體育館	15+	75	23	@30/11	 
40647667 (EN1435)	9/1-13/2 (20/1,23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	15:00-16:00	鯽魚涌體育館	15+	75	25	@30/11	 
40647668 (EN1436)	9/1-13/2 (20/1,23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	16:00-17:00	鯽魚涌體育館	15+	75	25	@30/11	 
40647669 (EN1437)	9/1-13/2 (20/1,23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	17:00-18:00	鯽魚涌體育館	15+	75	25	@30/11	 
水中健體訓練班									
40647591 (EN1382)	9/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	小西灣游泳池(訓練池 TP2)	14+	80	15	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647593 (EN1383)	9/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	小西灣游泳池(訓練池 TP2)	14+	80	15	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
爵士舞訓練班									
40647616 (EN1399)	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	9:00-11:00	港島東體育館	12+	70	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647632 (EN1415)	4/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三	20:00-22:00	渣華道體育館	12+	70	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
現代舞訓練班									
40647633 (EN1416)	5/1-14/2 (24/1,26/1)除外	二,四	10:00-12:00	渣華道體育館	12+	70	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
社交舞訓練班									
40647636 (EN1419)	3/1-14/3 (24/1)除外	二	20:00-22:00	渣華道體育館	14+	86	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647637 (EN1420)	6/1-10/3	五	20:00-22:00	渣華道體育館	14+	86	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
40647671 (EN1439)	6/1-24/3 (20/1,27/1)除外	五	20:00-22:00	鯽魚涌體育館	14+	86	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	
西方土風舞訓練班									

40647639 (EN1422)	6/1-10/3	五	19:00-21:00	渣華道體育館	14+	45	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647675 (EN1443)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	15:00-17:00	鯽魚涌體育館	14+	45	30	7/12	📄 ⓘ
兒童武術訓練班									
40647623 (EN1406)	7/1-4/3	六	11:00-13:00	渣華道體育館	6-14	86	20	5/12	📄 ⓘ
瑜珈訓練班									
40647640 (EN1423)	6/1-17/3 (27/1)除外	五	8:00-10:00	渣華道體育館	15+	85	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647641 (EN1424)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	13:00-15:00	渣華道體育館	15+	85	30	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
正確使用健身室設施簡介									
40647551 (EN1362)	8/1	日	10:30-13:30	柴灣體育館	15+	免費	23	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647553 (EN1363)	14/1	六	14:30-17:30	柴灣體育館	15+	免費	23	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647655 (EN1432)	7/1	六	14:30-17:30	鯽魚涌體育館	15+	免費	25	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647657 (EN1433)	15/1	日	10:30-13:30	鯽魚涌體育館	15+	免費	25	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
身心伸展訓練班									
40647652 (EN1430)	5/1-30/3 (26/1)除外	四	18:00-19:00	鯽魚涌體育館	15+	85	24	2/12	📄 ⓘ
40647654 (EN1431)	5/1-30/3 (26/1)除外	四	19:00-20:00	鯽魚涌體育館	15+	85	24	2/12	📄 ⓘ
第十二屆東區射箭比賽2022/23-初級組									
40647682 (EN1450)	8/1	日	9:00-18:00	小西灣運動場	6+	20	84	7/11	🏹
第十二屆東區射箭比賽2022/23-新秀組									
40647683 (EN1451)	8/1	日	9:00-18:00	小西灣運動場	6+	20	84	7/11	🏹
箭藝同樂日									
40647676 (EN1444)	28/1	六	9:00-10:00	小西灣運動場	8+	免費	24	23/12	📄 ⓘ
40647677 (EN1445)	28/1	六	10:00-11:00	小西灣運動場	8+	免費	24	23/12	📄 ⓘ
40647678 (EN1446)	28/1	六	11:00-12:00	小西灣運動場	8+	免費	24	23/12	📄 ⓘ
箭藝訓練班									
40647679 (EN1447)	6/1-10/3	五	16:00-18:00	小西灣運動場	6+	70	12	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
羽毛球訓練班									
40647617 (EN1400)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	18:00-20:00	西灣河體育館	7+	118	24	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647618 (EN1401)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	9:00-11:00	西灣河體育館	7+	118	24	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647624 (EN1407)	17/1-23/2 (24/1,26/1)除外	二,四	16:00-18:00	西灣河體育館	7+	118	24	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647625 (EN1408)	4/1-10/2 (25/1,27/1)除外	三,五	16:00-18:00	西灣河體育館	7+	118	24	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									
40647558 (EN1365)	28/1	六	14:00-15:00	柴灣體育館	7+	免費	24	23/12	🏸
40647560 (EN1366)	28/1	六	15:00-16:00	柴灣體育館	7+	免費	24	23/12	🏸
40647561 (EN1367)	28/1	六	16:00-17:00	柴灣體育館	7+	免費	24	23/12	🏸
室內草地滾球訓練班									
40647621 (EN1404)	3/1-3/2 (24/1,27/1)除外	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	8+	54	8	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40647622 (EN1405)	3/1-3/2 (24/1,27/1)除外	二,五	9:00-11:00	港島東體育館	8+	54	8	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
壁球訓練班									
40647556 (EN1364)	4/1-1/2 (25/1)除外	三,五	19:00-21:00	柴灣體育館	7+	160	8	1/12	📄 ⓘ
40647627 (EN1410)	3/1-2/2 (24/1,26/1)除外	二,四	16:00-18:00	西灣河體育館	7+	160	8	2/12	📄 ⓘ
40647638 (EN1421)	5/1-7/2 (24/1,26/1)除外	二,四	9:00-11:00	渣華道體育館	18+	160	12	2/12	📄 ⓘ
40647672 (EN1440)	6/1-10/2 (20/1,23/1,27/1)除外	一,五	10:00-12:00	鯽魚涌體育館	7+	160	8	6/12	📄 ⓘ
40647673 (EN1441)	11/1-15/2 (20/1,25/1,27/1)除外	三,五	19:00-21:00	鯽魚涌體育館	7+	160	8	6/12	📄 ⓘ
乒乓球訓練班									
40647674 (EN1442)	3/1-9/2 (24/1,26/1)除外	二,四	18:00-20:00	鯽魚涌體育館	14+	86	24	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
圍棋訓練班(第三階段)									
40647670 (EN1438)	2/1-13/2 (23/1)除外	一	18:30-20:30	鯽魚涌體育館	6+	40	20	30/11	📄 ⓘ
飛盤同樂日									
40647585 (EN1379)	14/1	六	14:00-15:30	柴灣公園1號足球場	3+	免費	40	13/12-9/1	即場報名
40647587 (EN1380)	14/1	六	15:30-17:00	柴灣公園1號足球場	3+	免費	40	13/12-9/1	即場報名
社區園圃計劃									
40650249 (EN1453)	8/1-14/5 (22/1,23/1,24/1)除外	一,二,三,四, 五,六,日	8:00-18:00	慧翠道社區園圃	12+	400	27	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉
40650250 (EN1454)	8/1-14/5 (22/1,23/1,24/1)除外	一,二,三,四, 五,六,日	8:00-18:00	鯽魚涌公園社區園圃	12+	400	45	22/11-27/11 (2/12)(21/12)	✉

殘疾人士活動編號

(班號)

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。

智障人士乒乓球訓練班								
40629055 (EN0521)	5/1-2/2	四	13:00-15:00	柴灣體育館	8+	8	22/11	 

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

長者康體匯紋 - 八段錦							
40647573 (EN1371)	4/1-18/1	三	8:00-10:00	柴灣體育館	70	4/1-18/1	即場報名

長者普及體操訓練班

40647620 (EN1403)	4/1-1/2 (23/1,25/1,27/1)除外	一,三,五	14:00-16:00	港島東體育館	20	22/11-27/11 (2/12) {21/12}	
-------------------	-------------------------------	-------	-------------	--------	----	-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

40647631 (EN1414)	5/1-14/2 (24/1,26/1)除外	二,四	14:00-16:00	渣華道體育館	20	22/11-27/11 (2/12) {21/12}	
-------------------	---------------------------	-----	-------------	--------	----	-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

長者康體匯紋 - 社交舞

40647569 (EN1369)	3/1-31/1 (24/1)除外	二	8:00-10:00	柴灣體育館	110	3/1-31/1	即場報名
-------------------	----------------------	---	------------	-------	-----	----------	------

長者社交舞訓練班

40647615 (EN1398)	6/1-10/3	五	13:00-15:00	港島東體育館	30	22/11-27/11 (2/12) {21/12}	
-------------------	----------	---	-------------	--------	----	-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------

長者康體匯紋 - 羽毛球

40647571 (EN1370)	3/1-31/1 (24/1)除外	二	10:00-12:00	柴灣體育館	32	3/1-31/1	即場報名
-------------------	----------------------	---	-------------	-------	----	----------	------

長者康體匯紋 - 乒乓球

40647574 (EN1372)	5/1-19/1	四	8:00-10:00	柴灣體育館	36	5/1-19/1	即場報名
-------------------	----------	---	------------	-------	----	----------	------

長者康體匯紋 - 門球

40647575 (EN1373)	6/1-27/1	五	8:00-10:00	柴灣體育館	30	6/1-27/1	即場報名
-------------------	----------	---	------------	-------	----	----------	------