

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

深水埗區

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
普及體育- 長跑訓練班									
40649245 (SS1380)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	20:00-22:00	深水埗運動場	16+	130	40	9/12	 
成人捷泳訓練班 (第三階段)									
40649243 (SS1361)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	深水埗公園游泳池	18+	100	20	22/11-28/11 (7/12)(29/12)	
成人胸泳訓練班 (第三階段)									
40649273 (SS1319)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	深水埗公園游泳池	18+	100	20	22/11-28/11 (7/12)(29/12)	
背泳訓練班									
40649152 (SS1308)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	荔枝角公園游泳池	9+	100	20	22/11-28/11 (7/12)(29/12)	
蝶泳訓練班									
40649153 (SS1326)	4/1-30/1 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	荔枝角公園游泳池	9+	100	20	22/11-28/11 (7/12)(29/12)	
健體舞訓練班									
40649198 (SS1293)	3/1-31/1 (24/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	北河街體育館	14+	65	30	5/12	 
40649199 (SS1294)	3/1-31/1 (24/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	北河街體育館	14+	65	30	5/12	 
40649200 (SS1295)	4/1-1/2 (23/1)除外	一,三,五	13:00-14:00	北河街體育館	14+	65	30	6/12	 
40649201 (SS1296)	4/1-1/2 (23/1)除外	一,三,五	14:00-15:00	北河街體育館	14+	65	30	6/12	 
40649202 (SS1297)	4/1-1/2 (23/1)除外	一,三,五	18:00-19:00	北河街體育館	14+	65	30	6/12	 
40649204 (SS1302)	6/1-10/2 (18/1,23/1,25/1,1/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	北河街體育館	14+	65	30	8/12	 
40649205 (SS1304)	6/1-10/2 (18/1,23/1,25/1,1/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	北河街體育館	14+	65	30	8/12	 
40649220 (SS1298)	4/1-3/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	18:00-19:00	保安道體育館	14+	65	30	6/12	 
40649221 (SS1300)	4/1-3/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	保安道體育館	14+	65	30	6/12	 
40649222 (SS1303)	6/1-10/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	保安道體育館	14+	65	30	6/12	 
40649223 (SS1305)	6/1-10/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	9:00-10:00	保安道體育館	14+	65	30	6/12	 
40649224 (SS1306)	6/1-10/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	14:00-15:00	保安道體育館	14+	65	30	8/12	 
40649225 (SS1307)	6/1-10/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	15:00-16:00	保安道體育館	14+	65	30	8/12	 
40650543 (SS1301)	6/1-10/2 (18/1,23/1,25/1,1/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	北河街體育館	14+	65	30	8/12	 
跳舞強身-深水埗區社交舞之夜									
40647040 (SS1208)	14/1	六	19:00-22:00	荔枝角公園體育館	6+	20	350	14/12	 
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>									
40649209 (SS1348)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	北河街體育館	15+	75	30	@13/12	 
40649210 (SS1349)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	北河街體育館	15+	75	30	@13/12	 
40649211 (SS1351)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	13:00-14:00	北河街體育館	15+	75	30	@13/12	 
40649212 (SS1352)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	14:00-15:00	北河街體育館	15+	75	30	@13/12	 
40649213 (SS1357)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	19:00-20:00	北河街體育館	15+	75	30	@15/12	 
40649214 (SS1358)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	20:00-21:00	北河街體育館	15+	75	30	@15/12	 
40649228 (SS1333)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	保安道體育館	15+	75	30	@5/12	 
40649229 (SS1335)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	9:00-10:00	保安道體育館	15+	75	30	@5/12	 
40649230 (SS1332)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	7:00-8:00	保安道體育館	15+	75	30	@5/12	 
40649231 (SS1341)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	15:00-16:00	保安道體育館	15+	75	30	@7/12	 
40649232 (SS1342)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	16:00-17:00	保安道體育館	15+	75	30	@7/12	 
40649233 (SS1344)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	18:00-19:00	保安道體育館	15+	75	30	@9/12	 
40649234 (SS1345)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	19:00-20:00	保安道體育館	15+	75	30	@9/12	 
40649270 (SS1350)	10/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	北河街體育館	15+	75	30	@13/12	 
40650553 (SS1346)	4/1-8/2 (16/1,23/1,25/1,6/2)除外	一,三,五	20:00-21:00	保安道體育館	15+	75	30	@9/12	 

爵士舞訓練班										
40649246 (SS1379)	6/1-10/2 (23/1)除外	一,五	18:00-20:00	北河街體育館	12+	70	30	5/12		
東方舞訓練班										
40649188 (SS1386)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,四	20:00-22:00	北河街體育館	12+	45	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649189 (SS1387)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	20:00-22:00	北河街體育館	12+	45	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
社交舞訓練班										
40649218 (SS1392)	3/1-7/2 (24/1)除外	二,四	18:00-20:00	北河街體育館	14+	86	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649219 (SS1394)	7/1-18/3 (21/1)除外	六	18:00-20:00	北河街體育館	14+	86	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649236 (SS1396)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	14:00-16:00	保安道體育館	14+	86	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40650548 (SS1393)	6/1-10/2 (23/1)除外	一,五	18:00-20:00	北河街體育館	14+	86	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
簡易太極訓練班										
40649190 (SS1444)	5/1-2/2 (24/1)除外	二,四,六	6:30-7:30	荔枝角公園第一期足球場	6+	54	30	5/12		
西方土風舞訓練班										
40649251 (SS1407)	7/1-11/3	六	14:00-16:00	保安道體育館	8+	45	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
瑜珈訓練班										
40649196 (SS1411)	5/1-9/3	四	12:00-14:00	荔枝角公園體育館	15+	85	20	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649237 (SS1410)	9/1-20/3 (23/1)除外	一	19:00-21:00	保安道體育館	15+	85	30	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
正確使用健身室設施簡介會										
40649208 (SS1325)	8/1	日	18:00-21:00	北河街體育館	15+	免費	25	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649227 (SS1322)	15/1	日	14:00-17:00	保安道體育館	15+	免費	25	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
室內箭藝訓練班										
40649194 (SS1378)	8/1-19/3 (22/1)除外	日	14:00-16:00	長沙灣體育館	12+	70	20	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
羽毛球訓練班										
40649193 (SS1309)	4/1-11/2 (21/1,25/1)除外	三,六	19:00-21:00	荔枝角公園體育館	18+	118	16	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649206 (SS1310)	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	9:00-11:00	北河街體育館	18+	118	24	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649207 (SS1313)	17/1-21/2 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	北河街體育館	18+	118	24	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649226 (SS1312)	14/1-18/3	六	14:00-16:00	保安道體育館	7+	118	16	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649244 (SS1311)	7/1-11/3	六	15:00-17:00	北河街體育館	18+	118	24	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
壁球訓練班										
40649187 (SS1397)	4/1-1/3 (25/1)除外	三	19:00-21:00	歌和老街壁球及乒乓球中心	18+	160	12	4/12		
網球訓練班										
40649242 (SS1404)	13/1-17/3	五	19:00-21:00	石硤尾公園網球場	18+	170	18	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
40649248 (SS1403)	4/1-8/2 (25/1)除外	三,五	15:00-17:00	通州街公園網球場	18+	170	18	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
成人門球訓練班										
40649174 (SS1362)	3/1-31/1 (24/1)除外	二,四	19:00-21:00	深水埗公園	18+	54	15	2/12		
家庭飛盤同樂日										
40629962 (SS1405)	29/1	日	14:00-15:30	通州街公園-7人硬地足球場	6+	免費	60	6/1		
40629963 (SS1406)	29/1	日	15:30-17:00	通州街公園-7人硬地足球場	6+	免費	60	6/1		
園藝講座 - 水仙花										
40649197 (SS1377)	7/1	六	10:30-12:30	北河街體育館(六樓會議室)	不限	30	30	7/12		
社區園圃計劃 (園圃編號: 1-40)										
40649191 (SS1445)	7/1-13/5	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	荔枝角公園社區園圃	12+	400	40	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
社區園圃計劃 (園圃編號: 41-80)										
40649192 (SS1446)	8/1-14/5 (22/1)除外	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	荔枝角公園社區園圃	12+	400	40	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
社區園圃計劃 (園圃編號: 1-38)										
40649268 (SS1327)	7/1-13/3	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	南昌公園社區園圃	12+	400	38	22/11-28/11 (7/12){29/12}		
社區園圃計劃 (園圃編號: 1-50)										
40649253 (SS1328)	8/1-14/5	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	花墟公園社區園圃	12+	400	50	22/11-28/11 (7/12){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：

- (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。

視障人士門球同樂日

40649180 (SS1414)	7/1	六	14:00-16:00	長沙灣體育館	8+	2	5/12		
-------------------	-----	---	-------------	--------	----	---	------	--	--








長期病患者門球同樂日

40649181 (SS1415)	14/1	六	10:00-12:00	長沙灣體育館	8+	2	5/12		
-------------------	------	---	-------------	--------	----	---	------	--	--

精神者康復者乒乓球訓練計劃

40649179 (SS1413)	10/1-31/1 (24/1)除外	二	14:00-16:00	保安道體育館	7+	3	5/12		
-------------------	--------------------	---	-------------	--------	----	---	------	--	--

聽障人士足球訓練計劃

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
長者八段錦訓練班							
40649182 (SS1317)	3/1-2/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	14:00-15:00	北河街體育館	30	22/11-28/11 (7/12) {29/12}	
40649183 (SS1318)	3/1-2/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	15:00-16:00	北河街體育館	30	22/11-28/11 (7/12) {29/12}	
長者康體匯紋 - 八段錦同樂							
40649241 (SS1382)	6/1-27/1	五	9:00-11:00	北河街體育館	30	6/1-27/1	即場報名
長者健體訓練班							
40649184 (SS1329)	4/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	14:00-15:00	北河街體育館	30	22/11-28/11 (7/12) {29/12}	
40649185 (SS1330)	4/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	15:00-16:00	北河街體育館	30	22/11-28/11 (7/12) {29/12}	
長者康體匯紋-社交舞同樂							
40649195 (SS1381)	4/1-25/1	三	9:15-11:45	荔枝角公園體育館	130	4/1-25/1	即場報名
活力長者計劃 - 羽毛球同樂							
40649238 (SS1364)	6/1-27/1 (18/1,25/1)除外	三,五	7:00-8:00	北河街體育館	12	6/12	 
40649239 (SS1365)	6/1-27/1 (18/1,25/1)除外	三,五	8:00-9:00	北河街體育館	12	6/12	 
活力長者計劃-太極同樂							
40649216 (SS1373)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	9:00-10:30	北河街體育館	40	9/1-30/1	即場報名
40650545 (SS1374)	9/1-30/1 (23/1)除外	一	10:30-12:00	保安道體育館	40	9/1-30/1	即場報名
長者康體匯紋-室內短墊滾球同樂							
40649217 (SS1384)	5/1-19/1	四	9:30-11:30	北河街體育館	30	5/1-19/1	即場報名
活力長者計劃-乒乓球同樂							
40649186 (SS1367)	3/1-31/1 (24/1,25/1,26/1)除外	二,三,四, 五	9:00-12:00	歌和老街壁球及乒乓球 中心	24	3/1-31/1	即場報名
40649235 (SS1371)	5/1-26/1	四	10:30-12:00	保安道體育館	30	5/1-26/1	即場報名
40650554 (SS1370)	5/1-26/1	四	9:00-10:30	保安道體育館	30	5/1-26/1	即場報名
長者康體匯紋-門球同樂							
40649176 (SS1383)	10/1-31/1 (24/1)除外	二	9:30-11:30	荔枝角公園體育館	30	10/1-31/1	即場報名
長者門球訓練班							
40649175 (SS1363)	12/1-13/2 (23/1,26/1)除外	一,四	7:00-9:00	大坑東遊樂場	30	22/11-28/11 (7/12) {29/12}	