

**康乐及文化事务署  
社区康乐活动  
2019年4月份康乐体育活动一览表**

荃湾区										
-----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/投表日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
<b>成人游泳训练班(第一阶段)</b>									
40523698	1/4-29/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,三,五	20:00-21:00	城门谷游泳池	18+	100	16	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	
<b>健体舞训练班</b>									
40522904	2/4-9/5	二,四	18:00-19:00	荃景围体育馆	14+	65	20	22/3	
40522905	2/4-9/5	二,四	19:00-20:00	荃景围体育馆	14+	65	20	22/3	
40522906	9/4-16/5	二,四	19:00-20:00	荃湾西约体育馆	14+	65	10	22/3	
40522907	9/4-16/5	二,四	20:00-21:00	荃湾西约体育馆	14+	65	10	22/3	
40522908	4/4-21/5 (23/4,14/5)除外	二,四	9:00-10:00	蕙荃体育馆	14+	65	20	22/3	
40522909	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	19:00-20:00	蕙荃体育馆	14+	65	20	22/3	
40522910	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	20:00-21:00	蕙荃体育馆	14+	65	20	22/3	
40522911	1/4-20/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	15:00-16:00	杨屋道体育馆	14+	65	25	22/3	
40522912	1/4-20/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	16:00-17:00	杨屋道体育馆	14+	65	25	22/3	
<b>午间舞乐-中国舞同乐</b>									
40523606	2/4	二	10:00-13:00	蕙荃体育馆	14+	20	20	18/3	
<b>中国舞训练班</b>									
40523596	23/4-25/6	二	11:00-13:00	荃湾体育馆	12+	45	20	27/3	
40523598	3/4-15/5 (5/4,19/4,1/5)除外	三,五	11:00-13:00	蕙荃体育馆	12+	45	20	27/3	
40523604	4/4-6/6	四	19:00-21:00	杨屋道体育馆	12+	45	25	27/3	
<b>器械健体训练班</b>									
40523634	8/4-27/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	12:00-13:00	荃湾体育馆	15+	75	30	@21/3	
40523637	8/4-27/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	13:00-14:00	荃湾体育馆	15+	75	30	@21/3	
40523641	11/4-21/5	二,四	19:00-20:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
40523645	11/4-21/5	二,四	20:00-21:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
40523649	3/4-22/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	19:00-20:00	荃湾西约体育馆	15+	75	10	@21/3	
40523655	3/4-22/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	20:00-21:00	荃湾西约体育馆	15+	75	10	@21/3	
40523658	4/4-21/5 (23/4,14/5)除外	二,四	11:00-12:00	荃湾西约体育馆	15+	75	10	@21/3	
40523662	4/4-21/5 (23/4,14/5)除外	二,四	12:00-13:00	荃湾西约体育馆	15+	75	10	@21/3	
40523666	11/4-21/5	二,四	9:00-10:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
40523669	11/4-21/5	二,四	10:00-11:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
40523672	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	14:00-15:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
40523676	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	15:00-16:00	杨屋道体育馆	15+	75	20	@21/3	
<b>柔道训练班</b>									
40523682	7/4-7/7 (21/4,28/4,12/5,9/6)除外	日	16:00-18:00	蕙荃体育馆	6+	65	20	18/3	
<b>现代舞训练班</b>									
40523684	9/4-16/5 (23/4,14/5)除外	二,四	11:00-13:00	蕙荃体育馆	12+	70	20	18/3	
<b>午间舞乐-社交舞同乐</b>									
40523609	26/4	五	14:00-17:00	荃景围体育馆	14+	20	30	25/3	
40523613	8/4	一	13:00-16:00	蕙荃体育馆	14+	20	30	25/3	
<b>社交舞训练班</b>									
40523689	3/4-15/5 (5/4,19/4,1/5)除外	三,五	11:00-13:00	荃景围体育馆	14+	86	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	
40523690	15/4-23/5 (22/4,13/5)除外	一,四	15:00-17:00	蕙荃体育馆	14+	86	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	
40523691	27/4-29/6	六	11:00-13:00	杨屋道体育馆	14+	86	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	
<b>太极训练班</b>									
40523699	10/4-12/8 (19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	城门谷公园	6+	60	70	11/3	
40523700	10/4-12/8 (19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	荃湾天后庙花园	6+	60	40	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	
40523711	11/4-1/8 (20/4)除外	二,四,六	6:30-7:30	深井临时游乐场	6+	60	40	11/3	
40523713	10/4-12/8 (19/4,22/4,1/5,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	沙咀道游乐场	6+	60	40	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	

40523715	11/4-1/8 (20/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	城门谷运动场	6+	60	40	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523717	9/4-30/7 (20/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	梨木树邨二座前平台	6+	60	40	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523729	24/4-21/8 (1/5,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	7:00-8:00	荃景围游乐场	6+	60	60	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
简易太极班									
40523737	3/4-22/5 (5/4,19/4,1/5)除外	三,五	9:00-10:00	荃景围体育馆	6+	54	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523743	11/4-23/5 (20/4)除外	四,六	9:00-10:00	荃湾西约体育馆	6+	54	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523748	6/4-29/6 (20/4)除外	六	8:00-9:00	蕙荃体育馆	6+	54	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523755	7/4-30/6 (21/4)除外	日	9:00-10:00	杨屋道体育馆	6+	54	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523760	10/4-29/5 (19/4,26/4,1/5)除外	三,五	18:00-19:00	杨屋道体育馆	6+	54	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
太极剑训练班									
40523724	23/4-10/8	二,四,六	7:00-8:00	荃湾西约体育馆	6+	60	70	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40523768	11/4-1/8 (20/4)除外	二,四,六	6:45-7:45	沙咀道游乐场	6+	60	40	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
瑜伽训练班									
40523810	9/4-9/5	二,四	13:00-15:00	荃景围体育馆	15+	85	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40523817	3/4-12/6 (1/5)除外	三	14:00-16:00	蕙荃体育馆	15+	85	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
正确使用健身室设施简介会									
40522921	13/4	六	10:00-13:00	荃湾体育馆	15+	免费	25	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522922	21/4	日	10:00-13:00	荃湾体育馆	15+	免费	25	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522923	14/4	日	9:30-12:30	杨屋道体育馆	15+	免费	25	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522924	28/4	日	9:30-12:30	杨屋道体育馆	15+	免费	25	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
压力处理与松弛技巧训练班									
40523697	12/4-26/7 (19/4,7/6)除外	五	9:00-10:00	蕙荃体育馆	14+	80	30	14/3	✉ i
身心伸展训练班									
40523807	30/4-9/7 (2/7)除外	二	12:00-14:00	杨屋道体育馆	15+	85	30	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40522913	28/4	日	10:00-11:00	荃湾西约体育馆	7+	免费	24	8/3	✉ i
40522914	28/4	日	11:00-12:00	荃湾西约体育馆	7+	免费	24	8/3	✉ i
40522915	28/4	日	12:00-13:00	荃湾西约体育馆	7+	免费	24	8/3	✉ i
羽毛球训练班									
40522916	2/4-2/5	二,四	19:00-21:00	荃景围体育馆	7+	118	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522917	8/4-16/5 (22/4,13/5)除外	一,四	19:00-21:00	荃湾体育馆	7+	118	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522918	12/4-24/5 (19/4,1/5,8/5)除外	三,五	10:00-12:00	荃湾西约体育馆	7+	118	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522919	11/4-21/5 (23/4,14/5)除外	二,四	12:00-14:00	蕙荃体育馆	7+	118	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40522920	7/4-16/6 (21/4)除外	日	10:00-12:00	杨屋道体育馆	7+	118	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
壁球训练班									
40523696	13/4-8/6 (20/4)除外	六	9:00-11:00	蕙荃体育馆	7+	160	12	15/3	✉ i
乒乓球训练班									
40523788	16/4-28/5 (23/4,7/5,14/5)除外	二,四	12:00-14:00	荃湾西约体育馆	6+	86	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40523790	16/4-23/5 (23/4,14/5)除外	二,四	10:00-12:00	蕙荃体育馆	6+	86	24	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
网球训练班									
40523771	2/4-2/5	二,四	8:00-10:00	城门谷公园	8+	170	12	15/3	✉ i
40523775	10/4-17/5 (19/4,1/5)除外	三,五	19:00-21:00	沙咀道游乐场	8+	170	12	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40523778	7/4-23/6 (21/4,12/5)除外	日	9:00-11:00	城门谷公园	8+	170	12	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40523782	9/4-9/5	二,四	19:00-21:00	荃景围游乐场	8+	170	18	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
40523785	7/4-23/6 (21/4,12/5)除外	日	19:00-21:00	荃湾海滨公园	8+	170	12	22/2-26/2 (5/3) {26/3}	✉
排球训练班									
40523792	26/4-5/7 (7/6)除外	五	19:00-21:00	荃湾西约体育馆	10+	70	30	12/3	✉ i
运动攀登同乐日									
40523692	14/4	日	13:00-15:00	荃湾体育馆	12+	免费	24	28/3	✉ i
40523693	14/4	日	15:00-17:00	荃湾体育馆	12+	免费	24	28/3	✉ i
40523694	27/4	六	13:00-15:00	荃湾体育馆	12+	免费	24	28/3	✉ i
40523695	27/4	六	15:00-17:00	荃湾体育馆	12+	免费	24	28/3	✉ i
荃湾公园绿化讲座									
40523679	28/4	日	15:00-17:00	荃湾公园	不限	免费	40	28/4	即场报名

长者活动编号(班号) (供60岁或以上人士参加, 费用全免)	日期	星期	时间	地点	名额	报名/投表日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者游泳训练班(第一阶段)

40522896	1/4-29/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,三,五 19:00-20:00	城门谷游泳池	16	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
<b>长者八段锦训练班</b>						
40522893	3/4-22/5 (5/4,19/4,1/5)除外	三,五 17:00-18:00	荃湾西约体育馆	15	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40522894	4/4-21/5 (23/4,14/5)除外	二,四 10:00-11:00	蕙荃体育馆	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
<b>长者健体训练班</b>						
40522895	4/4-28/5 (23/4,14/5)除外	二,四 8:00-9:00	蕙荃体育馆	20	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
<b>长者社交舞同乐日</b>						
40522892	9/4	二 9:00-12:00	荃景围体育馆	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
<b>活力长者计划-乒乓球天地</b>						
40522885	12/4-10/5	三,五 10:00-12:00	荃湾体育馆	60	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40522886	3/4-26/4 (5/4,19/4)除外	三,五 8:00-9:45	荃湾西约体育馆	60	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40522888	2/4-30/4 (23/4)除外	二,四 8:00-9:45	蕙荃体育馆	60	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
<b>活力长者计划-羽毛球天地</b>						
40522889	2/4-30/4	二,四 8:00-9:45	荃景围体育馆	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40522890	3/4-26/4 (5/4,19/4)除外	三,五 8:00-9:45	蕙荃体育馆	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉
40522891	2/4-30/4	二,四 9:00-10:45	杨屋道体育馆	30	15/2-19/2 (26/2) {19/3}	✉