

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

中西区

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 (抽查日期) (公开后补日期)	报名方式
第一阶段 - 成人捷泳训练班									
40523334 (CW0132)	17/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	19:00-20:00	坚尼地城游泳池	18+	100	16	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
第一阶段 - 成人胸泳训练班									
40523333 (CW0131)	17/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	20:00-21:00	坚尼地城游泳池	18+	100	16	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
第二阶段 - 成人捷泳训练班									
40523338 (CW0136)	16/4-21/5 (2/5)除外	二,四	8:00-9:00	坚尼地城游泳池	18+	100	20	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
第二阶段 - 成人胸泳训练班									
40523337 (CW0135)	16/4-21/5 (2/5)除外	二,四	7:00-8:00	坚尼地城游泳池	18+	100	20	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
健体舞训练班									
40523199 (CW0001)	1/4-6/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	13:00-14:00	香港公园体育馆	14+	65	30	5/3	📺 i
40523200 (CW0002)	1/4-6/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港公园体育馆	14+	65	30	5/3	📺 i
40523201 (CW0003)	8/4-10/5 (19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	18:00-19:00	香港公园体育馆	14+	65	30	5/3	📺 i
40523202 (CW0004)	8/4-10/5 (19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	19:00-20:00	香港公园体育馆	14+	65	30	5/3	📺 i
40523203 (CW0005)	9/4-16/5	二,四	12:00-13:00	香港公园体育馆	14+	65	30	4/3	📺 i
40523204 (CW0006)	9/4-16/5	二,四	13:00-14:00	香港公园体育馆	14+	65	30	4/3	📺 i
40523222 (CW0023)	3/4-15/5 (5,15,19,22/4,1,6,13/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	上环体育馆	14+	65	30	7/3	📺 i
40523223 (CW0024)	3/4-15/5 (5,15,19,22/4,1,6,13/5)除外	一,三,五	9:00-10:00	上环体育馆	14+	65	30	7/3	📺 i
40523224 (CW0025)	3/4-8/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	18:00-19:00	上环体育馆	14+	65	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
40523225 (CW0026)	3/4-8/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	19:00-20:00	上环体育馆	14+	65	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	✉
40523226 (CW0027)	4/4-14/5	二,四	8:00-9:00	上环体育馆	14+	65	30	11/3	📺 i
40523227 (CW0028)	4/4-14/5	二,四	9:00-10:00	上环体育馆	14+	65	30	11/3	📺 i
40523228 (CW0029)	9/4-16/5	二,四	13:00-14:00	上环体育馆	14+	65	30	11/3	📺 i
40523277 (CW0074)	25/4-4/6	二,四	14:00-15:00	石塘咀体育馆	14+	65	30	18/3	📺 i
40523278 (CW0075)	25/4-4/6	二,四	15:00-16:00	石塘咀体育馆	14+	65	30	18/3	📺 i
40523279 (CW0076)	25/4-4/6	二,四	19:00-20:00	石塘咀体育馆	14+	65	30	18/3	📺 i
40523280 (CW0077)	25/4-4/6	二,四	20:00-21:00	石塘咀体育馆	14+	65	30	18/3	📺 i
40523296 (CW0093)	8/4-10/5 (19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	10:00-11:00	士美非路体育馆	14+	65	30	14/3	📺 i
40523297 (CW0094)	8/4-10/5 (19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	11:00-12:00	士美非路体育馆	14+	65	30	14/3	📺 i
40523298 (CW0095)	18/4-28/5	二,四	18:00-19:00	士美非路体育馆	14+	65	30	22/3	📺 i
40523299 (CW0096)	18/4-28/5	二,四	19:00-20:00	士美非路体育馆	14+	65	30	22/3	📺 i
八段锦同乐日									
40523259 (CW0057)	2/4-23/4	二	11:00-12:00	上环体育馆	8+	免费	30	2/4-23/4	即场报名
八段锦训练班									
40523229 (CW0030)	9/4-16/5	二,四	14:00-15:00	上环体育馆	8+	80	30	6/3	📺 i
40523230 (CW0031)	9/4-16/5	二,四	15:00-16:00	上环体育馆	8+	80	30	6/3	📺 i
40523231 (CW0032)	26/4-19/7 (7/6)除外	五	17:00-18:00	上环体育馆	8+	80	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	✉
40523281 (CW0078)	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	13:00-14:00	石塘咀体育馆	8+	80	30	25/3	📺 i
40523300 (CW0097)	10/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	11:00-12:00	士美非路体育馆	8+	80	30	26/3	📺 i
儿童舞训练班									
40523232 (CW0033)	14/4-23/6 (12/5)除外	日	14:00-16:00	上环体育馆	4-11	60	20	19/3	📺 i
40523301 (CW0098)	27/4-29/6	六	14:00-16:00	士美非路体育馆	4-11	60	20	19/3	📺 i
中国舞训练班									
40523282 (CW0079)	8/4-24/6 (22/4,13/5)除外	一	19:00-21:00	石塘咀体育馆	12+	45	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	✉
40523283 (CW0080)	17/4-26/6 (1/5)除外	三	19:00-21:00	石塘咀体育馆	12+	45	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	✉
社交舞同乐夜									
40523213 (CW0015)	13/4	六	19:30-22:30	香港公园体育馆	14+	20	70	1/3	📺 i
器械健体训练班									
◎ 从未参加过器械健体训练班或已届满不合资格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合资格期指由上次获取录参加的器械健体训练班完成月份起计，直至下年同一月份的最后一天。例如：如申请者最后参加器械健体训练班的完班月份为2016年3月，其不合资格期将由2016年3月开始至2017年3月31日为止。 以先到先得方式报名的训练班：报名首日只接受新申请者报名，余额于翌日上午8时30分开始公开接受报名。 以抽籤方式报名的训练班：新申请者将获优先取录，余额则按抽籤结果由其他申请人填补。									
40523235 (CW0036)	1/4-6/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	18:00-19:00	上环体育馆	15+	75	30	@13/3	📺 i

40523236 (CW0037)	1/4-6/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	19:00-20:00	上环体育馆	15+	75	30	@13/3	 
40523237 (CW0038)	3/4-8/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	上环体育馆	15+	75	30	@4/3	 
40523238 (CW0039)	3/4-8/5 (5/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	上环体育馆	15+	75	30	@4/3	 
40523239 (CW0040)	9/4-21/5 (23/4)除外	二,四	20:00-21:00	上环体育馆	15+	75	30	@7/3	 
40523240 (CW0041)	9/4-21/5 (23/4)除外	二,四	21:00-22:00	上环体育馆	15+	75	30	@7/3	 
40523241 (CW0042)	10/4-22/5 (15,19,22/4,1,6,13,20/5)除外	一,三,五	12:00-13:00	上环体育馆	15+	75	30	@18/3	 
40523242 (CW0043)	10/4-22/5 (15,19,22/4,1,6,13,20/5)除外	一,三,五	13:00-14:00	上环体育馆	15+	75	30	@18/3	 
40523264 (CW0062)	8/4-27/5 (19/4,22/4,13/5)除外	一,五	19:00-20:00	中山纪念公园体育馆	15+	75	30	@25/3	 
40523265 (CW0063)	8/4-27/5 (19/4,22/4,13/5)除外	一,五	20:00-21:00	中山纪念公园体育馆	15+	75	30	@25/3	 
40523266 (CW0064)	9/4-16/5	二,四	18:00-19:00	中山纪念公园体育馆	15+	75	30	@5/3	 
40523267 (CW0065)	9/4-16/5	二,四	19:00-20:00	中山纪念公园体育馆	15+	75	30	@5/3	 
40523286 (CW0083)	3/4-10/5 (5/4,8/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@6/3	 
40523287 (CW0084)	3/4-10/5 (5/4,8/4,19/4,22/4,1/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@6/3	 
40523288 (CW0085)	12/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	18:00-19:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@11/3	 
40523289 (CW0086)	12/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	19:00-20:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@11/3	 
40523290 (CW0087)	12/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	20:00-21:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@11/3	 
40523291 (CW0088)	12/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	21:00-22:00	石塘咀体育馆	15+	75	30	@11/3	 
40525423 (CW0172)	9/4-16/5	二,四	12:00-13:00	上环体育馆	15+	75	30	@14/3	 

水中健体训练班

40523341 (CW0139)	16/4-4/6 (2/5)除外	二,四	17:00-18:00	坚尼地城游泳池	14+	80	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523342 (CW0140)	17/4-27/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	坚尼地城游泳池	14+	80	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

爵士舞训练班

40523243 (CW0044)	9/4-11/6	二	20:00-22:00	上环体育馆	12+	70	30	4/3	 
40523269 (CW0066)	7/4-16/6 (21/4)除外	日	10:00-12:00	中山纪念公园体育馆	12+	70	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

社交舞训练班

40523205 (CW0007)	11/4-13/6	四	7:00-9:00	香港公园体育馆	14+	86	30	1/3	 
40523244 (CW0045)	11/4-13/6	四	18:00-20:00	上环体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523270 (CW0067)	13/4-22/6 (20/4)除外	六	15:00-17:00	中山纪念公园体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523292 (CW0089)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	19:00-21:00	石塘咀体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523293 (CW0090)	17/4-26/6 (1/5)除外	三	15:00-17:00	石塘咀体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523306 (CW0103)	8/4-24/6 (22/4,13/5)除外	一	14:00-16:00	士美非路体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523307 (CW0104)	18/4-20/6	四	20:00-22:00	士美非路体育馆	14+	86	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	

简易太极同乐日

40523275 (CW0072)	12/4	五	14:00-15:00	中山纪念公园体育馆	6+	免费	30	18/3	 
40523276 (CW0073)	12/4	五	15:00-16:00	中山纪念公园体育馆	6+	免费	30	18/3	 

太极训练班

40523206 (CW0008)	8/4-28/8 (15,19,22/4,1,6,13,20/5,25/4-13/8	一,三,五	7:00-8:00	香港公园体育馆	6+	60	40	7/3	 
40523345 (CW0143)	25/4-13/8	二,四,六	7:00-8:00	遮打花园	6+	60	40	29/3	 
40523346 (CW0144)	25/4-13/8	二,四,六	8:00-9:00	遮打花园	6+	60	40	29/3	 
40523348 (CW0146)	23/4-10/8	二,四,六	7:00-8:00	香港佐治五世纪念公园足球场	6+	60	80	1/3	 
40523349 (CW0147)	23/4-10/8	二,四,六	8:00-9:00	香港佐治五世纪念公园足球场	6+	60	80	1/3	 
40523351 (CW0148)	23/4-10/8	二,四,六	7:00-8:00	坚弥地城游乐场篮球场	6+	60	80	4/3	 

简易太极班

40523246 (CW0046)	17/4-10/7 (1/5)除外	三	15:00-16:00	上环体育馆	6+	54	30	15/3	 
40523247 (CW0047)	17/4-10/7 (1/5)除外	三	16:00-17:00	上环体育馆	6+	54	30	15/3	 

黄昏太极训练班

40523347 (CW0145)	1/4-5/8 (5,19,22/4,1,13/5,7/6,1/7)除外	一,三,五	18:00-19:00	皇后像广场花园	6+	60	40	12/3	 
-------------------	---	-------	-------------	---------	----	----	----	------	---

西方土风舞训练班

40523248 (CW0048)	11/4-13/6	四	20:00-22:00	上环体育馆	8+	45	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
-------------------	-----------	---	-------------	-------	----	----	----	---------------------------	---

瑜伽训练班

40523207 (CW0009)	3/4-12/6 (1/5)除外	三	8:00-10:00	香港公园体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523208 (CW0010)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	14:00-16:00	香港公园体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523250 (CW0049)	1/4-17/5 (5/4,19/4,22/4,13/5)除外	一,五	20:00-22:00	上环体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523252 (CW0050)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	11:00-13:00	上环体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523272 (CW0069)	13/4-22/6 (20/4)除外	六	8:00-10:00	中山纪念公园体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523310 (CW0107)	17/4-24/5 (19/4,1/5)除外	三,五	9:00-11:00	士美非路体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523311 (CW0108)	28/4-30/6	日	16:00-18:00	士美非路体育馆	15+	85	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

正确使用健身室设施简介会									
40523260 (CW0058)	2/4	二	18:00-21:00	上环体育馆 (11楼 健身室报到)	15+	免费	25	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523274 (CW0071)	17/4	三	18:00-21:00	中山纪念公园体育馆	15+	免费	25	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
压力处理与松弛技巧训练班									
40523308 (CW0105)	13/4-20/7 (20/4)除外	六	10:00-11:00	士美非路体育馆	14+	80	30	13/3	
40523309 (CW0106)	13/4-20/7 (20/4)除外	六	11:00-12:00	士美非路体育馆	14+	80	30	13/3	
健步行简介会									
40523355 (CW0152)	13/4	六	9:00-11:00	香港公园 (集合地点: 奥林匹克广场)	6+	免费	40	5/3	
箭艺训练班									
40523316 (CW0113)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	9:30-11:30	士美非路体育馆	12+	70	12	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523317 (CW0114)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	11:30-13:30	士美非路体育馆	12+	70	12	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523318 (CW0115)	7/4-16/6 (21/4)除外	日	9:30-11:30	士美非路体育馆	12+	70	12	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523319 (CW0116)	7/4-16/6 (21/4)除外	日	11:30-13:30	士美非路体育馆	12+	70	12	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
儿童羽毛球训练班									
40523295 (CW0092)	9/4-11/6	二	19:00-21:00	石塘咀体育馆	7-11	118	24	8/3	
羽毛球训练班									
40523209 (CW0011)	11/4-14/5	二,四	9:00-11:00	香港公园体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523210 (CW0012)	26/4-31/5 (13/5)除外	一,五	18:00-20:00	香港公园体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523253 (CW0051)	3/4-15/5 (5/4,19/4,1/5)除外	三,五	10:00-12:00	上环体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523254 (CW0052)	8/4-15/5 (22/4,1/5)除外	一,三	19:00-21:00	上环体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523255 (CW0053)	9/4-9/5	二,四	9:00-11:00	上环体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523256 (CW0054)	24/4-3/7 (1/5)除外	三	12:00-14:00	上环体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523294 (CW0091)	18/4-20/6	四	19:00-21:00	石塘咀体育馆	12+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523321 (CW0117)	10/4-17/5 (19/4,1/5)除外	三,五	19:00-21:00	士美非路体育馆	7+	118	24	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
室内短垫滚球同乐日									
40523327 (CW0123)	1/4-29/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,三,五	10:30-11:30	士美非路体育馆	8+	免费	28	1/4-29/4	即场报名
壁球训练班									
40523211 (CW0013)	8/4-6/5 (22/4)除外	一,四	7:00-9:00	香港壁球中心	7+	160	12	8/3	
40523257 (CW0055)	9/4-2/5	二,四	19:00-21:00	上环体育馆	7+	160	12	13/3	
40523273 (CW0070)	1/4-29/4 (22/4)除外	一,三	19:00-21:00	中山纪念公园体育馆	7+	160	12	8/3	
40523322 (CW0118)	8/4-8/5 (22/4,1/5)除外	一,三	19:00-21:00	士美非路体育馆	7+	160	12	15/3	
乒乓球同乐日									
40523329 (CW0125)	3/4-26/4 (5/4,19/4)除外	三,五	10:00-11:00	士美非路体育馆	6+	免费	28	3/4-26/4	即场报名
乒乓球训练班									
40523212 (CW0014)	9/4-9/5	二,四	7:00-9:00	香港公园体育馆	6+	86	18	11/3	
40523258 (CW0056)	6/4-15/6 (20/4)除外	六	14:00-16:00	上环体育馆	6+	86	24	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523323 (CW0119)	11/4-14/5	二,四	16:00-18:00	士美非路体育馆	14+	86	24	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523324 (CW0120)	13/4-22/6 (20/4)除外	六	16:00-18:00	士美非路体育馆	6+	86	24	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523325 (CW0121)	2/4-9/5 (9/4,23/4)除外	二,四	10:00-12:00	士美非路体育馆	6+	86	18	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
网球训练班									
40523352 (CW0149)	1/4-17/5 (5/4,19/4,22/4,13/5)除外	一,五	9:00-11:00	香港仔网球及壁球中心	8+	170	18	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523353 (CW0150)	9/4-9/5	二,四	19:00-21:00	香港网球中心	8+	170	18	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523354 (CW0151)	12/4-22/5 (19/4,1/5)除外	三,五	20:00-22:00	香港网球中心	8+	170	18	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
美式桌球训练班(第一阶段)									
40523312 (CW0109)	6/4-4/5 (20/4)除外	六	14:00-16:00	士美非路体育馆	8+	120	6	29/3	
40523313 (CW0110)	6/4-4/5 (20/4)除外	六	16:00-18:00	士美非路体育馆	8+	120	6	29/3	
40523314 (CW0111)	11/4-2/5	四	18:30-20:30	士美非路体育馆	8+	120	6	29/3	
40523315 (CW0112)	11/4-2/5	四	20:30-22:30	士美非路体育馆	8+	120	6	29/3	
门球同乐日									
40523261 (CW0059)	4/4-25/4	四	8:00-10:00	上环体育馆	8+	免费	20	4/4-25/4	即场报名
香港公园清晨观鸟汇聚									
40523217 (CW0019)	3/4-24/4	三	8:00-10:00	香港公园(人工湖-餐厅旁白桥集合)	不限	免费	30	3/4-24/4	即场报名

残疾人士活动编号 (班号) (费用全免)	日期	星期	时间	地点	年龄名额	报名/投表日期 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
----------------------------	----	----	----	----	------	-------------------------------	------

专为残疾人士举办的活动的报名方式（详情请参阅报名须知内的报名方式）
残疾人士可于任何分区康乐事务办事处或设有康体通服务的康体场地，或以邮递报名。每名参加者可带同一名同行照料者出席，报名费用全免。
有关同行照料者的安排如下：
训练计划：同行照料者可于训练当日陪同已报名的残疾人士出席。教练会于每次课堂前派发「同行照料者证」，以资识别。
其他活动：同行照料者须与残疾人士一同报名参加同乐活动，以便安排旅游车及营舍名额；报名后获发「活动参加证」，并须于出席活动时出示该证。

自闭症, 智障及专注力不足人士旅行								
40523375 (CW0171)	14/4	日	9:00-17:00	大屿山	6+	14	25/2	

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	报 名 方 式
						(抽 签 日 期) (公开后补 日 期)	

第一阶段 - 长者游泳训练班

40523335 (CW0133)	16/4-21/5 (2/5)除外	二,四	10:00-11:00	坚尼地城游泳池	16	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523336 (CW0134)	17/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	18:00-19:00	坚尼地城游泳池	16	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

第二阶段 - 长者游泳训练班

40523339 (CW0137)	16/4-21/5 (2/5)除外	二,四	9:00-10:00	坚尼地城游泳池	20	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523340 (CW0138)	17/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	17:00-18:00	坚尼地城游泳池	20	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

长者徒手健体训练班

40523233 (CW0034)	3/4-22/5 (5,15,19,22/4,1,6,13,20/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	上环体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523234 (CW0035)	4/4-21/5	二,四	7:00-8:00	上环体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523262 (CW0060)	3/4-29/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	7:00-8:00	中山纪念公园体育馆	30	22/3	
40523263 (CW0061)	3/4-29/5 (22/4,1/5,13/5)除外	一,三	8:00-9:00	中山纪念公园体育馆	30	22/3	
40523284 (CW0081)	9/4-30/5 (23/4,14/5)除外	二,四	7:00-8:00	石塘咀体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523285 (CW0082)	9/4-30/5 (23/4,14/5)除外	二,四	8:00-9:00	石塘咀体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523302 (CW0099)	8/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	士美非路体育馆	50	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523303 (CW0100)	8/4-17/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	9:00-10:00	士美非路体育馆	50	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523304 (CW0101)	11/4-11/7	四	14:00-15:00	士美非路体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
40523305 (CW0102)	11/4-11/7	四	15:00-16:00	士美非路体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	

长者水中健体训练班

40523343 (CW0141)	16/4-4/6 (2/5)除外	二,四	16:00-17:00	坚尼地城游泳池	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	
40523344 (CW0142)	17/4-27/5 (19/4,22/4,1/5,13/5)除外	一,三,五	9:00-10:00	坚尼地城游泳池	30	19/2-25/2 (5/3) {28/3}	

长者社交舞训练班

40523271 (CW0068)	11/4-13/6	四	9:00-11:00	中山纪念公园体育馆	30	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
-------------------	-----------	---	------------	-----------	----	---------------------------	--

活力长者计划- 室内短垫滚球汇叙

40523328 (CW0124)	1/4-29/4 (5/4,19/4,22/4)除外	一,三,五	9:30-10:30	士美非路体育馆	28	1/4-29/4	即场报名
-------------------	-------------------------------	-------	------------	---------	----	----------	------

活力长者计划 - 乒乓球自习

40523215 (CW0017)	12/4-26/4 (19/4)除外	五	8:00-10:00	香港公园体育馆	18	12/4-26/4	即场报名
-------------------	-----------------------	---	------------	---------	----	-----------	------

活力长者计划- 乒乓球汇叙

40523330 (CW0126)	3/4-26/4 (5/4,19/4)除外	三,五	9:00-10:00	士美非路体育馆	28	3/4-26/4	即场报名
-------------------	--------------------------	-----	------------	---------	----	----------	------

长者陆上畅游

40523370 (CW0166)	12/4	五	9:00-16:00	沙头角六村及中大气 候变化博物馆	90	19/2-25/2 (5/3) {27/3}	
-------------------	------	---	------------	---------------------	----	---------------------------	--