

**康乐及文化事务署
社区康乐活动
2019年5月份康乐体育活动一览表**

沙田区

| 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 |
|---------------------|--------------------------------|-------|-------------|------------|------|--------|----|-------------------------------|------|
| 第一阶段儿童捷泳训练班 | | | | | | | | | |
| 40525346 (ST0198) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 19:30-20:30 | 沙田赛马会游泳池 | 5-8 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 第一阶段儿童胸泳训练班 | | | | | | | | | |
| 40525348 (ST0199) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 18:30-19:30 | 马鞍山游泳池 | 5-8 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525351 (ST0200) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 19:30-20:30 | 马鞍山游泳池 | 5-8 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525353 (ST0201) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 18:30-19:30 | 沙田赛马会游泳池 | 5-8 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 第一阶段少年胸泳训练班 | | | | | | | | | |
| 40525354 (ST0202) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 19:30-20:30 | 马鞍山游泳池 | 9-12 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 第一阶段成人捷泳训练班 | | | | | | | | | |
| 40525338 (ST0190) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 7:00-8:00 | 沙田赛马会游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525339 (ST0191) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 7:00-8:00 | 马鞍山游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 第一阶段成人胸泳训练班 | | | | | | | | | |
| 40525340 (ST0192) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 7:00-8:00 | 马鞍山游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525341 (ST0193) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 20:30-21:30 | 马鞍山游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525342 (ST0194) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 7:00-8:00 | 沙田赛马会游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525343 (ST0195) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 20:30-21:30 | 马鞍山游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 40525344 (ST0196) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 20:30-21:30 | 沙田赛马会游泳池 | 18+ | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 健体舞训练班 | | | | | | | | | |
| 40528398 (ST0427) | 28/5-4/7 | 二,四 | 19:00-20:00 | 圆洲角体育馆 | 14+ | 65 | 30 | 8/4 | ✉ i |
| 40528399 (ST0428) | 28/5-4/7 | 二,四 | 20:00-21:00 | 圆洲角体育馆 | 14+ | 65 | 30 | 8/4 | ✉ i |
| 八段锦同乐日 | | | | | | | | | |
| 40528400 (ST0429) | 4/5 | 六 | 14:00-16:00 | 恒安体育馆 | 8+ | 免费 | 20 | 1/4 | ✉ i |
| 儿童舞训练班 | | | | | | | | | |
| 40528401 (ST0430) | 4/5-6/7 | 六 | 9:00-11:00 | 沙田赛马会公众壁球场 | 4-6 | 60 | 20 | 2/4 | ✉ i |
| 40528402 (ST0431) | 4/5-6/7 | 六 | 11:00-13:00 | 沙田赛马会公众壁球场 | 4-6 | 60 | 20 | 2/4 | ✉ i |
| 中国舞训练班 | | | | | | | | | |
| 40528403 (ST0432) | 15/5-17/7 | 三 | 19:00-21:00 | 沙田赛马会公众壁球场 | 14+ | 45 | 20 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528404 (ST0433) | 4/5-6/7 | 六 | 13:00-15:00 | 圆洲角体育馆 | 14+ | 45 | 30 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 器械健体训练班 | | | | | | | | | |
| 40528405 (ST0434) | 15/5-17/6 (27/5-7/6,10/6)除外 | 一,三,五 | 9:00-10:00 | 恒安体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @10/4 | ✉ i |
| 40528406 (ST0435) | 15/5-12/6 (7/6)除外 | 一,三,五 | 17:00-18:00 | 恒安体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @12/4 | ✉ i |
| 40528407 (ST0436) | 15/5-12/6 (7/6)除外 | 一,三,五 | 18:00-19:00 | 恒安体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @12/4 | ✉ i |
| 40528408 (ST0437) | 16/5-11/6 | 二,四,六 | 9:00-10:00 | 恒安体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @9/4 | ✉ i |
| 40528409 (ST0438) | 7/5-13/6 | 二,四 | 19:00-20:00 | 马鞍山体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @11/4 | ✉ i |
| 40528410 (ST0439) | 7/5-13/6 | 二,四 | 20:00-21:00 | 马鞍山体育馆 | 15+ | 75 | 20 | @11/4 | ✉ i |
| 水中健体训练班 | | | | | | | | | |
| 40525356 (ST0203) | 2/5-1/6 | 二,四,六 | 19:30-20:30 | 沙田赛马会游泳池 | 14+ | 80 | 30 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | ✉ |
| 社交舞训练班 | | | | | | | | | |
| 40528411 (ST0440) | 11/5-13/7 | 六 | 15:00-17:00 | 源禾路体育馆 | 14+ | 86 | 30 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 瑜伽训练班 | | | | | | | | | |
| 40528412 (ST0441) | 11/5-13/7 | 六 | 13:00-15:00 | 显径体育馆 | 15+ | 85 | 20 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528413 (ST0442) | 8/5-10/7 | 三 | 15:00-17:00 | 美林体育馆 | 15+ | 85 | 30 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 正确使用健身室设施简介会 | | | | | | | | | |
| 40528414 (ST0443) | 5/5 | 日 | 9:00-12:00 | 恒安体育馆 | 15+ | 免费 | 20 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528415 (ST0444) | 8/5 | 三 | 19:00-22:00 | 马鞍山体育馆 | 15+ | 免费 | 25 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528416 (ST0445) | 11/5 | 六 | 14:00-17:00 | 马鞍山体育馆 | 15+ | 免费 | 25 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528417 (ST0446) | 5/5 | 日 | 9:00-12:00 | 美林体育馆 | 15+ | 免费 | 25 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 40528418 (ST0447) | 18/5 | 六 | 14:00-17:00 | 圆洲角体育馆 | 15+ | 免费 | 25 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | ✉ |
| 身心伸展训练班 | | | | | | | | | |
| 40528423 (ST0452) | 5/5-21/7 | 日 | 15:00-16:00 | 圆洲角体育馆 | 15+ | 85 | 24 | 3/4 | ✉ i |

| | | | | | | | | | | |
|------------------------|-------------------|-------|-------------|-------------|-----|-----|----|----------------------------|--|--|
| 40528424 (ST0453) | 5/5-21/7 | 日 | 16:00-17:00 | 圆洲角体育馆 | 15+ | 85 | 24 | 3/4 | | |
| 亲子(7-17岁)羽毛球同乐日 | | | | | | | | | | |
| 40528425 (ST0454) | 12/5 | 日 | 14:00-15:00 | 圆洲角体育馆 | 7+ | 免费 | 24 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 40528426 (ST0455) | 12/5 | 日 | 15:00-16:00 | 圆洲角体育馆 | 7+ | 免费 | 24 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 40528427 (ST0456) | 12/5 | 日 | 16:00-17:00 | 圆洲角体育馆 | 7+ | 免费 | 24 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 羽毛球训练班 | | | | | | | | | | |
| 40528428 (ST0457) | 3/5-5/6 | 三,五 | 9:00-11:00 | 恒安体育馆(非备空调) | 7+ | 118 | 18 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 草地滚球训练班 | | | | | | | | | | |
| 40528429 (ST0458) | 2/5-28/5 | 二,四 | 19:00-21:00 | 圆洲角体育馆 | 8+ | 54 | 8 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 壁球训练班 | | | | | | | | | | |
| 40528430 (ST0459) | 15/5-12/6 (7/6)除外 | 三,五 | 19:00-21:00 | 恒安体育馆 | 7+ | 160 | 8 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 40528431 (ST0460) | 4/5-22/6 | 六 | 12:00-14:00 | 美林体育馆 | 7+ | 160 | 8 | 4/4 | | |
| 网球训练班 | | | | | | | | | | |
| 40528432 (ST0461) | 20/5-19/6 | 一,三 | 19:00-21:00 | 显田游乐场 | 8+ | 170 | 12 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 40528433 (ST0462) | 15/5-17/6 | 一,三 | 19:00-21:00 | 源禾游乐场 | 8+ | 170 | 18 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 40528434 (ST0463) | 28/5-27/6 | 二,四 | 9:00-11:00 | 源禾游乐场 | 8+ | 170 | 18 | 17/3-21/3 (28/3) {24/4} | | |
| 幼儿水上安全班 | | | | | | | | | | |
| 40525345 (ST0197) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 18:30-19:30 | 马鞍山游泳池 | 0-4 | 100 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | | |

| 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 |
|-----------------------------------|----|----|----|----|----|-------------------------------|------|
|-----------------------------------|----|----|----|----|----|-------------------------------|------|

第一阶段长者游泳训练班

| | | | | | | | |
|-------------------|----------------------|-------|------------|----------|----|---------------------------|--|
| 40525359 (ST0205) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 8:00-9:00 | 马鞍山游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
| 40525361 (ST0206) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 8:00-9:00 | 沙田赛马会游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
| 40525362 (ST0207) | 3/5-27/5 (13/5)除外 | 一,三,五 | 9:00-10:00 | 沙田赛马会游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
| 40525364 (ST0208) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 8:00-9:00 | 马鞍山游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
| 40525367 (ST0209) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 8:00-9:00 | 沙田赛马会游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
| 40525368 (ST0210) | 2/5-23/5 | 二,四,六 | 9:00-10:00 | 沙田赛马会游泳池 | 16 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |

长者八段锦训练班

| | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------|---|-------------|-------|----|----------------------------|--|
| 40528436 (ST0465) | 6/5-5/8 (13/5, 1/7 除外) | 一 | 15:00-16:00 | 显径体育馆 | 16 | 18/3-22/3 (29/3) {25/4} | |
| 40528437 (ST0466) | 6/5-5/8 (13/5, 1/7 除外) | 一 | 16:00-17:00 | 显径体育馆 | 16 | 18/3-22/3 (29/3) {25/4} | |

长者器械健体训练班

| | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|-------|-----------|-------|----|----------------------------|--|
| 40528438 (ST0467) | 15/5-17/6 (27/5, 7/6, 10/6)除外 | 一,三,五 | 8:00-9:00 | 恒安体育馆 | 20 | @18/3-22/3 (29/3){25/4} | |
| 40528439 (ST0468) | 16/5-11/6 | 二,四,六 | 8:00-9:00 | 恒安体育馆 | 20 | @18/3-22/3 (29/3){25/4} | |

长者水中健体训练班

| | | | | | | | |
|-------------------|---------|-------|-------------|----------|----|---------------------------|--|
| 40525358 (ST0204) | 2/5-1/6 | 二,四,六 | 18:30-19:30 | 沙田赛马会游泳池 | 30 | 15/3-21/3 (1/4) {25/4} | |
|-------------------|---------|-------|-------------|----------|----|---------------------------|--|

活力长者计划 - 社交舞同乐日

| | | | | | | | |
|-------------------|----------|---|-------------|-------|----|----------|------|
| 40528440 (ST0469) | 3/5-31/5 | 五 | 10:00-11:30 | 恒安体育馆 | 30 | 3/5-31/5 | 即场报名 |
| 40528441 (ST0470) | 3/5-31/5 | 五 | 11:30-13:00 | 恒安体育馆 | 30 | 3/5-31/5 | 即场报名 |

长者太极训练班

| | | | | | | | |
|-------------------|----------|---|-------------|-------|----|----------------------------|--|
| 40528442 (ST0471) | 8/5-24/7 | 三 | 15:00-16:00 | 显径体育馆 | 16 | 18/3-22/3 (29/3) {25/4} | |
| 40528443 (ST0472) | 8/5-24/7 | 三 | 16:00-17:00 | 显径体育馆 | 16 | 18/3-22/3 (29/3) {25/4} | |

活力长者计划 - 羽毛球同乐

| | | | | | | | |
|-------------------|----------------------|-----|------------|--------|----|----------|------|
| 40528444 (ST0473) | 6/5-29/5 (13/5)除外 | 一,三 | 8:00-10:00 | 圆洲角体育馆 | 24 | 6/5-29/5 | 即场报名 |
|-------------------|----------------------|-----|------------|--------|----|----------|------|

活力长者计划 - 乒乓球同乐

| | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------|-----|-------------|------------|----|----------|------|
| 40528446 (ST0475) | 2/5-23/5 (9/5, 16/5)除外 | 四 | 12:00-14:00 | 马鞍山体育馆 | 48 | 2/5-23/5 | 即场报名 |
| 40528447 (ST0476) | 7/5-28/5 (14/5)除外 | 二 | 14:00-16:00 | 马鞍山体育馆 | 48 | 7/5-28/5 | 即场报名 |
| 40528448 (ST0477) | 3/5-31/5 (14/5)除外 | 二,五 | 8:00-10:00 | 沙田赛马会公众壁球场 | 16 | 3/5-31/5 | 即场报名 |
| 40528449 (ST0478) | 3/5-31/5 (14/5)除外 | 二,五 | 10:00-12:00 | 沙田赛马会公众壁球场 | 16 | 3/5-31/5 | 即场报名 |

| | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------|-----|-------------|-------------|----|----------------------------|------|
| 40528450 (ST0479) | 6/5-29/5 (13/5)除外 | 一,三 | 9:00-11:00 | 圆洲角体育馆 | 16 | 6/5-29/5 | 即场报名 |
| 40528451 (ST0480) | 3/5-31/5 | 二,五 | 8:00-10:00 | 源禾路体育馆 | 16 | 3/5-31/5 | 即场报名 |
| 40528452 (ST0481) | 3/5-31/5 | 二,五 | 10:00-12:00 | 源禾路体育馆 | 16 | 3/5-31/5 | 即场报名 |
| 长者门球同乐日 | | | | | | | |
| 40528453 (ST0482) | 6/5 | 一 | 10:00-12:00 | 恒安体育馆(非备空调) | 30 | 6/5 | 即场报名 |
| 长者门球训练班 | | | | | | | |
| 40528454 (ST0483) | 21/5-20/6 (30/5,6/6)除外 | 二,四 | 9:00-11:00 | 马鞍山体育馆 | 30 | 18/3-22/3 (29/3) {25/4} | ✉ |