

东区

正确使用健身室设施简介会

40526087 (EN0358)	4/5	六	14:30-17:30	鲗鱼涌体育馆	15+	免费	25	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40526090 (EN0359)	12/5	日	10:30-13:30	鲗鱼涌体育馆	15+	免费	25	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
小领袖计划									
40526027 (EN0348)	20/5-19/6 (7/6)除外	一,三,五	16:00-17:00	渣华道体育馆	4-9	54	15	3/4	🖨️ ⓘ
40526028 (EN0349)	20/5-19/6 (7/6)除外	一,三,五	17:00-18:00	渣华道体育馆	4-9	54	15	3/4	🖨️ ⓘ
羽毛球训练班									
40525863 (EN0307)	27/5-5/7 (7/6,1/7)除外	一,五	19:00-21:00	小西湾体育馆	7+	118	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525934 (EN0325)	31/5-24/7 (5,7,19/6,3,17,19/7)除外	三,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	7+	118	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525959 (EN0332)	7/5-6/6	二,四	16:00-18:00	西湾河体育馆	7+	118	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525979 (EN0333)	3/5-5/6	三,五	9:00-11:00	西湾河体育馆	7+	118	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40526021 (EN0346)	21/5-25/6 (7/6)除外	二,五	18:00-20:00	渣华道体育馆	7+	118	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
场地单车训练班 (第一阶段)									
40526216 (EN0392)	5/5	日	14:00-18:00	香港单车馆	11+	140	20	15/4	🖨️ ⓘ
室内草地滚球训练班									
40525942 (EN0327)	20/5-13/6	一,四	19:00-21:00	港岛东体育馆	8+	54	8	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525944 (EN0328)	20/5-13/6	一,四	19:00-21:00	港岛东体育馆	8+	54	8	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525949 (EN0329)	24/5-21/6 (7/6)除外	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	8	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40525952 (EN0330)	24/5-21/6 (7/6)除外	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	8	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
壁球训练班									
40525867 (EN0317)	29/5-26/6 (7/6)除外	三,五	19:00-21:00	柴湾体育馆	7+	160	8	29/3	🖨️ ⓘ
40525990 (EN0335)	4/5-22/6	六	15:00-17:00	西湾河体育馆	7-17	160	8	29/3	🖨️ ⓘ
40525991 (EN0336)	3/5-29/5	三,五	9:00-11:00	西湾河体育馆	7+	160	8	29/3	🖨️ ⓘ
40526036 (EN0350)	30/5-25/6	二,四	9:00-11:00	渣华道体育馆	18+	160	12	29/3	🖨️ ⓘ
乒乓球训练班									
40525992 (EN0337)	3/5-12/7 (7/6)除外	五	16:00-18:00	西湾河体育馆	6-13	86	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40526166 (EN0382)	6/5-10/6 (13/5)除外	一,三	19:00-21:00	港岛东体育馆	14+	86	24	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
网球训练班									
40526202 (EN0389)	24/5-28/6 (7/6)除外	三,五	9:00-11:00	鲗鱼涌公园	8+	170	18	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
社区园圃计划*									
40526195 (EN0385)	5/5-1/9	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	慈翠道社区园圃	12+	400	55	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉

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
长者游泳训练班(第一阶段)							
40525906 (ENE001)	3/5-27/5 (13/5)除外	一,三,五	9:00-10:00	柴湾游泳池	16	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
长者康体汇叙 - 八段锦							
40525922 (EN0318)	8/5-29/5	三	8:00-10:00	柴湾体育馆	55	8/5-29/5	即场报名
外展计划-长者清晨徒手健体							
40526215 (EN0391)	3/5-31/5 (13/5)除外	一,三,五	7:30-9:30	柴湾公园	50	3/5-31/5	即场报名
外展计划长者体能测试及活力图展							
40526198 (EN0388)	11/5	六	8:00-10:00	鲗鱼涌公园(鲤鱼湾入口)	150	11/5	即场报名
长者健体训练班							
40526162 (EN0380)	25/5-25/6	二,四,六	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	30	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
40526163 (EN0381)	25/5-25/6	二,四,六	8:00-9:00	鲗鱼涌体育馆	30	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
长者普及体操训练班							
40525936 (EN0326)	3/5-27/5 (13/5)除外	一,三,五	14:00-16:00	港岛东体育馆	20	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
长者康体汇叙 - 社交舞							
40525857 (EN0306)	3/5-31/5	五	8:00-10:00	小西湾体育馆	30	3/5-31/5	即场报名
40525925 (EN0320)	7/5-28/5 (14/5)除外	二	8:00-10:00	柴湾体育馆	110	7/5-28/5	即场报名
长者社交舞同乐日							
40525983 (EN0334)	9/5	四	10:00-12:00	西湾河体育馆	100	9/5	即场报名
长者简易太极训练班							
40525927 (EN0322)	15/5-17/6 (27/5,7/6,10/6)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴湾体育馆	60	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
长者康体汇叙 - 羽毛球							
40525866 (EN0316)	7/5-28/5 (14/5)除外	二	10:00-12:00	柴湾体育馆	32	7/5-28/5	即场报名
长者乒乓球同乐日							
40526133 (EN0374)	3/5	五	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	20	3/5	即场报名

40526140 (EN0375)	3/5	五	8:00-9:00	鲮鱼涌体育馆	20	3/5	即场报名
40526152 (EN0376)	17/5	五	7:00-8:00	鲮鱼涌体育馆	20	17/5	即场报名
40526157 (EN0377)	17/5	五	8:00-9:00	鲮鱼涌体育馆	20	17/5	即场报名
40526159 (EN0378)	31/5	五	7:00-8:00	鲮鱼涌体育馆	20	31/5	即场报名
40526160 (EN0379)	31/5	五	8:00-9:00	鲮鱼涌体育馆	20	31/5	即场报名
长者康体汇叙 - 乒乓球							
40525856 (EN0305)	2/5-30/5	四	8:00-10:00	小西湾体育馆	30	2/5-30/5	即场报名
40525926 (EN0321)	2/5-30/5	四	8:00-10:00	柴湾体育馆	36	2/5-30/5	即场报名
长者康体汇叙 - 门球							
40525923 (EN0319)	3/5-31/5	五	8:00-10:00	柴湾体育馆	30	3/5-31/5	即场报名
长者旅行							
40526207 (EN0390)	16/5	四	9:00-17:00	迪欣湖, 东涌, 马湾公园	100	18/3-25/3 (4/4) {26/4}	✉
长者体能测试							
40526196 (EN0386)	4/5-25/5	六	8:00-10:00	百福道交通安全城(近健康邨游乐场)	150	4/5-25/5	即场报名