

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2019年10月份康乐体育活动一览表

西贡区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/报表日期 (抽查日期) (公开后补日期)	报名方式
长跑训练班									
40543772 (SK 1174)	8/10-10/12	二	19:00-21:00	将军澳运动场	16+	130	40	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
健体舞训练班									
40543644 (SK 1063)	3/10-29/10	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	20	21/8	☒ i
40543645 (SK 1064)	3/10-29/10	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	20	21/8	☒ i
40543646 (SK 1065)	9/10-15/11	三,五	19:00-20:00	翠林体育馆	14+	65	20	3/9	☒ i
40543647 (SK 1066)	9/10-15/11	三,五	20:00-21:00	翠林体育馆	14+	65	20	3/9	☒ i
40543648 (SK 1067)	15/10-21/11	二,四	14:00-15:00	坑口体育馆	14+	65	30	9/9	☒ i
40543649 (SK 1068)	15/10-21/11	二,四	15:00-16:00	坑口体育馆	14+	65	30	9/9	☒ i
40543744 (SK 1146)	8/10-14/11	二,四	19:00-20:00	香港单车馆	14+	65	24	23/8	☒ i
40543745 (SK 1147)	8/10-14/11	二,四	20:00-21:00	香港单车馆	14+	65	24	23/8	☒ i
40543746 (SK 1148)	9/10-4/11	一,三,五	14:00-15:00	香港单车馆	14+	65	24	3/9	☒ i
40543747 (SK 1149)	9/10-4/11	一,三,五	15:00-16:00	香港单车馆	14+	65	24	3/9	☒ i
八段锦训练班									
40543610 (SK 1029)	14/10-8/11	一,三,五	9:30-10:30	将军澳游泳池对出空地	8+	80	30	5/9	☒ i
儿童舞训练班									
40543667 (SK 1075)	6/10-15/12 (3/11)除外	日	10:00-12:00	将军澳体育馆	4-6	60	20	19/8	☒ i
中国舞训练班									
40543674 (SK 1076)	9/10-11/12	三	9:00-11:00	翠林体育馆	12+	45	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543675 (SK 1077)	18/10-20/12	五	19:00-21:00	坑口体育馆	12+	45	30	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	☒
40543676 (SK 1078)	8/10-10/12	二	13:00-15:00	调景岭体育馆	12+	45	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
器械健体训练班									
<p>④ 从未参加过器械健体训练班或已届满不合格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合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：新申请者将获优先录取，余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40543677 (SK 1079)	3/10-12/11	二,四	15:00-16:00	宝林体育馆	15+	75	20	@20/8	☒ i
40543678 (SK 1080)	3/10-12/11	二,四	16:00-17:00	宝林体育馆	15+	75	20	@20/8	☒ i
40543679 (SK 1081)	9/10-15/11	三,五	9:00-10:00	翠林体育馆	15+	75	20	@30/8	☒ i
40543680 (SK 1082)	9/10-15/11	三,五	10:00-11:00	翠林体育馆	15+	75	20	@30/8	☒ i
40543681 (SK 1083)	8/10-14/11	二,四	19:00-20:00	翠林体育馆	15+	75	20	@22/8	☒ i
40543682 (SK 1084)	8/10-14/11	二,四	20:00-21:00	翠林体育馆	15+	75	20	@22/8	☒ i
40543683 (SK 1085)	22/10-16/11	二,四,六	9:00-10:00	宝林体育馆	15+	75	20	@19/9	☒ i
40543684 (SK 1086)	22/10-16/11	二,四,六	10:00-11:00	宝林体育馆	15+	75	20	@19/9	☒ i
爵士舞训练班									
40543685 (SK 1087)	6/10-15/12 (3/11)除外	日	13:00-15:00	将军澳体育馆	12+	70	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543686 (SK 1088)	15/10-14/11	二,四	19:00-21:00	调景岭体育馆	12+	70	30	11/9	☒ i
社交舞训练班									
40543687 (SK 1089)	14/10-23/12 (4/11)除外	一	19:00-21:00	将军澳体育馆	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543688 (SK 1090)	12/10-14/12	六	14:00-16:00	翠林体育馆	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543690 (SK 1092)	2/10-4/12	三	19:00-21:00	坑口体育馆	14+	86	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543691 (SK 1093)	13/10-15/12	日	9:00-11:00	坑口体育馆	14+	86	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543692 (SK 1094)	6/10-8/12	日	14:00-16:00	宝林体育馆	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543693 (SK 1095)	11/10-13/12	五	19:00-21:00	调景岭体育馆	14+	86	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543750 (SK 1152)	4/10-20/12 (22/11,29/11)除外	五	19:00-21:00	香港单车馆	14+	86	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
中级社交舞训练班									
40543689 (SK 1091)	12/10-14/12	六	16:00-18:00	翠林体育馆	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543694 (SK 1096)	6/10-8/12	日	16:00-18:00	宝林体育馆	14+	86	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
太极拳训练班									
40543635 (SK 1054)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	7:00-8:00	坑口文曲里公园	6+	60	35	11/9	☒ i
40543636 (SK 1055)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	7:00-8:00	厚德邨德泽楼侧球场	6+	60	50	12/9	☒ i
40543637 (SK 1056)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	19:30-20:30	厚德邨德泽楼侧球场	6+	60	50	12/9	☒ i
40543638 (SK 1057)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	7:00-8:00	明德邨商场上盖篮球场	6+	60	50	17/9	☒ i
40543639 (SK 1058)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	7:00-8:00	宝翠公园硬地足球场	6+	60	50	18/9	☒ i
40543640 (SK 1059)	21/10-10/4 (24/1,27/1)除外	一,五	7:00-8:00	尚德邨谭辉烈纪念剧场	6+	60	45	17/9	☒ i
40543641 (SK 1060)	21/10-10/4	一,五	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	6+	60	45	18/9	☒ i
40543642 (SK 1061)	8/10-28/3 (25/1; 28/1)除外	二,六	7:00-8:00	康盛花园平台花园	6+	60	45	4/9	☒ i

40543643 (SK 1062)	8/10-28/3 (25/1; 28/1)除外	二,六	7:00-8:00	将军澳游泳池对出空地	6+	60	50	4/9	
简易太极班									
40543630 (SK 1049)	6/10-22/12	日	8:00-9:00	将军澳游泳池外空地	6+	54	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543631 (SK 1050)	6/10-22/12	日	9:00-10:00	常宁游乐场太极场	6+	54	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543632 (SK 1051)	19/10-4/1	六	9:00-10:00	常宁游乐场太极场	6+	54	30	10/9	
40543633 (SK 1052)	19/10-4/1	六	7:00-8:00	彩明商场天台羽毛球球	6+	54	30	10/9	
太极剑训练班									
40543634 (SK 1053)	8/10-28/3 (25/1; 28/1)除外	二,六	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	6+	60	40	29/8	
西方土风舞训练班									
40543696 (SK 1098)	13/10-15/12	日	16:00-18:00	坑口体育馆	8+	45	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
瑜伽训练班									
40543697 (SK 1099)	5/10-14/12 (2/11)除外	六	17:00-19:00	将军澳体育馆	15+	85	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543698 (SK 1100)	13/10-15/12	日	19:00-21:00	翠林体育馆	15+	85	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543699 (SK 1101)	10/10-12/12	四	19:00-21:00	坑口体育馆	15+	85	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543700 (SK 1102)	14/10-16/12	一	16:00-18:00	宝林体育馆	15+	85	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
正确使用健身室设施简介会									
40543701 (SK 1103)	8/10	二	13:00-16:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543702 (SK 1104)	8/10	二	14:00-17:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543703 (SK 1105)	22/10	二	13:00-16:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543704 (SK 1106)	22/10	二	14:00-17:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543705 (SK 1107)	16/10	三	19:00-22:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543706 (SK 1108)	16/10	三	20:00-23:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543751 (SK 1153)	3/10	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543752 (SK 1154)	3/10	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543753 (SK 1155)	10/10	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543754 (SK 1156)	10/10	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	25	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
压力管理与松弛技巧									
40543695 (SK 1097)	8/10-21/11	二,四	10:00-11:00	调景岭体育馆	14+	80	30	28/8	
健步行简介会									
40543774 (SK 1176)	13/10	日	9:00-11:00	宝翠公园	6+	免费	40	5/9	
身心伸展训练班									
40543748 (SK 1150)	8/10-14/11	二,四	14:00-15:00	香港单车馆	15+	85	24	28/8	
40543749 (SK 1151)	8/10-14/11	二,四	15:00-16:00	香港单车馆	15+	85	24	28/8	
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40543733 (SK 1135)	26/10	六	14:00-15:00	坑口体育馆	7+	免费	24	16/9	
40543734 (SK 1136)	26/10	六	15:00-16:00	坑口体育馆	7+	免费	24	16/9	
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40543735 (SK 1137)	19/10-23/11	六	14:00-16:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	73	18	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
羽毛球训练班									
40543650 (SK 1069)	24/10-26/11	二,四	8:00-10:00	翠林体育馆	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543651 (SK 1070)	14/10-14/11	一,四	15:00-17:00	坑口体育馆	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543652 (SK 1071)	5/10-7/12	六	8:00-10:00	坑口体育馆	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543653 (SK 1072)	8/10-7/11	二,四	19:00-21:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	118	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543654 (SK 1073)	2/10-4/12	三	10:00-12:00	调景岭体育馆	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543655 (SK 1074)	3/10-5/11	二,四	9:00-11:00	调景岭体育馆	7+	118	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
场地单车同乐日									
40543759 (SK 1161)	7/10-28/10	一	18:00-19:00	香港单车馆	11+	免费	20	7/10	
40543761 (SK 1163)	4/10-25/10	五	18:00-19:00	香港单车馆	11+	免费	20	4/10	
40543762 (SK 1164)	4/10-25/10	五	19:00-21:00	香港单车馆	11+	免费	20	4/10	
40543763 (SK 1165)	6/10-27/10	日	18:00-19:00	香港单车馆	11+	免费	20	6/10	
40543764 (SK 1166)	6/10-27/10	日	19:00-21:00	香港单车馆	11+	免费	20	6/10	
场地单车体验日									
40543765 (SK 1167)	5/10	六	9:30-12:30	香港单车馆	11+	免费	20	19/8	
40543766 (SK 1168)	19/10	六	9:30-12:30	香港单车馆	11+	免费	20	11/9	
场地单车训练班(第二阶段)									
40543757 (SK 1159)	8/10	二	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	29/8	
40543758 (SK 1160)	29/10	二	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	13/9	
草地滚球训练班									
40543768 (SK 1170)	4/10-30/10	三,五	8:00-10:00	坑口文曲里公园	8+	54	16	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
小型网球训练班									
40543710 (SK 1112)	12/10-14/12	六	9:00-11:00	宝林体育馆(非备冷气)	6-12	70	12	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	

壁球训练班

40543711 (SK 1113)	15/10-7/11	二,四	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	160	8	9/9	
40543712 (SK 1114)	2/10-25/10	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	8	19/8	

乒乓球训练班

40543713 (SK 1115)	5/10-14/12 (2/11)除外	六	14:00-16:00	将军澳体育馆	6+	86	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543714 (SK 1116)	8/10-10/12	二	19:00-21:00	坑口体育馆	6+	86	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543737 (SK 1139)	13/10-15/12	日	10:00-12:00	西贡壁球场	6+	86	12	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	

儿童乒乓球训练班

40543715 (SK 1117)	20/10-5/1 (24.11 & 1.12.219 除外)	日	9:00-11:00	调景岭体育馆	6-13	86	18	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
--------------------	---------------------------------	---	------------	--------	------	----	----	------------------------	--

网球训练班

40543739 (SK 1141)	31/10-2/12	一,四	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	12	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543740 (SK 1142)	8/10-10/12	二	17:00-19:00	西贡网球场	8+	170	12	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543741 (SK 1143)	9/10-11/12	三	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	12	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543742 (SK 1144)	26/10-28/12	六	9:00-11:00	西贡网球场	8+	170	12	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543782 (SK 1183)	9/10-11/11	一,三	9:00-11:00	宝翠公园	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543783 (SK 1184)	4/10-5/11	二,五	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543784 (SK 1185)	2/10-4/12	三	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543785 (SK 1186)	3/10-5/11	二,四	17:00-19:00	宝翠公园	8+	170	18	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
40543786 (SK 1187)	16/10-6/11	一,三,五	15:00-17:00	宝翠公园	8+	170	18	10/9	

排球训练班

40543743 (SK 1145)	13/10-15/12	日	14:00-16:00	宝林体育馆	10+	70	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
--------------------	-------------	---	-------------	-------	-----	----	----	------------------------	--

西贡区独木舟训练班(三星级)

40528199 (SK 318)	20/10	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
-------------------	-------	---	------------	----------	-----	----	---	------------------------	--

西贡区独木舟训练班三星级)

40528198 (SK 317)	19/10	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
-------------------	-------	---	------------	----------	-----	----	---	------------------------	--

西贡区沙滩定向同乐日

40543626 (SK 1045)	13/10	日	9:00-10:30	清水湾第二湾泳滩	6+	免费	100	16/8	
40543627 (SK 1046)	13/10	日	11:00-12:30	清水湾第二湾泳滩	6+	免费	100	16/8	

堆沙同乐日

40543629 (SK 1048)	13/10	日	10:00-12:00	清水湾第二湾泳滩	不限	免费	64	21/8	
--------------------	-------	---	-------------	----------	----	----	----	------	--

运动攀登同乐日

40543716 (SK 1118)	12/10	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	12+	免费	24	6/9	
40543717 (SK 1119)	12/10	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	12+	免费	24	6/9	

西贡区初级滑浪风帆训练班

40528162 (SK 298)	19/10-20/10	六及星期日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	130	5	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
-------------------	-------------	-------	------------	----------	-----	-----	---	------------------------	--

西贡区中级龙舟训练班

40528528 (SK 335)	19/10-20/10	六及星期日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	220	10	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	
-------------------	-------------	-------	------------	----------	-----	-----	----	------------------------	--

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
----------------------------	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

专为残疾人士而设的康体活动的报名方式 (详情请参阅报名须知内的报名方式)

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。

长期病患者宿营

40543777 (SK 1178)	19/10-20/10	六,日	14:30-13:00	西贡户外康乐中心	不限	8	9/9	
--------------------	-------------	-----	-------------	----------	----	---	-----	--

自闭症人士/智障人士乒乓球训练计划

40531006 (SK 0565)	5/10-23/11	六	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	2	26/8	
--------------------	------------	---	-------------	-------	-----	---	------	--

自闭及智障人士日营

40543778 (SK 1179)	31/10	四	10:00-14:30	西贡户外康乐中心	不限	35	20/9	
40543779 (SK 1180)	31/10	四	10:00-14:30	鲤鱼门公园	不限	35	20/9	

自闭及智障人士旅行

40543780 (SK 1181)	20/10	日	11:00-16:30	大埔区	不限	5	10/9	
--------------------	-------	---	-------------	-----	----	---	------	--

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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者八段锦训练班

40543611 (SK 1030)	24/10-19/11	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德泽楼侧球场	30	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	
40543612 (SK 1031)	24/10-19/11	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕楼侧球场	30	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	

40543613 (SK 1032)	24/10-19/11	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨谭辉烈纪念剧场	30	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	☒
40543614 (SK 1033)	24/10-19/11	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商场平台花园	30	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	☒
康体汇叙 - 长者徒手健体操							
40543773 (SK 1175)	11/10-1/11	五	8:00-10:00	翠林体育馆	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
长者徒手健体训练班							
40543719 (SK 1121)	23/10-6/12	三,五	7:00-8:00	宝林体育馆	20	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	☒
40543720 (SK 1122)	23/10-6/12	三,五	8:00-9:00	宝林体育馆	20	19/8-25/8 (4/9) {3/10}	☒
40543728 (SK 1130)	8/10-7/11	二,四,六	8:00-9:00	调景岭体育馆	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543729 (SK 1131)	8/10-7/11	二,四,六	9:00-10:00	调景岭体育馆	30	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
长者体操训练班							
40543721 (SK 1123)	8/10-21/11	二,四,六	8:00-9:00	翠林体育馆	20	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
康体汇叙 - 太极							
40543616 (SK 1035)	3/10-31/10	四	7:00-8:00	康盛花园平台花园	35	3/10-31/10	即场报名
40543617 (SK 1036)	3/10-31/10	四	7:00-8:00	将军澳游泳池对出空地	35	3/10-31/10	即场报名
40543618 (SK 1037)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	坑口文曲里公园	35	2/10-30/10	即场报名
40543619 (SK 1038)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	厚德邨德泽楼侧球场	35	2/10-30/10	即场报名
40543620 (SK 1039)	2/10-30/10	三	19:30-20:30	厚德邨德泽楼侧球场	35	2/10-30/10	即场报名
40543621 (SK 1040)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	明德邨商场上盖篮球场	35	2/10-30/10	即场报名
40543622 (SK 1041)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	宝翠公园硬地足球场	35	2/10-30/10	即场报名
40543623 (SK 1042)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	尚德邨谭辉烈纪念剧场	35	2/10-30/10	即场报名
40543624 (SK 1043)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	2/10-30/10	即场报名
康体汇叙 - 太极剑							
40543615 (SK 1034)	3/10-31/10	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	3/10-31/10	即场报名
40543625 (SK 1044)	2/10-30/10	三	7:00-8:00	唐明街	35	2/10-30/10	即场报名
活力长者计划-乒乓球自习							
40543722 (SK 1124)	2/10-30/10	三	8:00-9:00	翠林体育馆	8	22/8	☒ i
40543723 (SK 1125)	4/10-25/10	五	8:00-9:00	翠林体育馆	8	22/8	☒ i
40543725 (SK 1127)	3/10-31/10	四	7:00-8:00	坑口体育馆	12	19/8	☒ i
40543726 (SK 1128)	3/10-31/10	四	8:00-9:00	坑口体育馆	12	19/8	☒ i
40543727 (SK 1129)	3/10-31/10	四	9:00-10:00	坑口体育馆	12	19/8	☒ i
活力长者计划-羽毛球自习							
40543767 (SK 1169)	14/10-28/10	一	7:00-9:00	香港单车馆	20	6/9	☒ i
活力长者计划 - 舞蹈同乐							
40543718 (SK 1120)	9/10-27/11	三	9:00-11:00	将军澳体育馆	24	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
40543724 (SK 1126)	14/10-25/11	一	9:00-11:00	坑口体育馆	50	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
长者乒乓球训练班							
40543738 (SK 1140)	12/10-14/12	六	10:00-12:00	西贡壁球场	12	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
长者日营							
40543731 (SK 1133)	9/10	三	9:00-17:00	曹公潭户外康乐中心	48	19/8-25/8 (4/9) {27/9}	☒
至FIT@宝康公园							
40543787 (SK 1188)	19/10	六	14:00-17:00	宝康公园	200	19/10	即场报名