

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2019年11月份康乐体育活动一览表

屯门区

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) (公开启补日期)	报名方式
成人捷泳训练班(第一阶段)									
40528770	5/11-5/12	二,四	19:00-20:00	屯门西北游泳池	18+	100	16	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40528772	18/11-20/12	一,五	10:00-11:00	屯门西北游泳池	18+	100	16	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
成人胸泳训练班(第一阶段)									
40528771	5/11-5/12	二,四	20:00-21:00	屯门西北游泳池	18+	100	16	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
健体舞训练班									
40536743	12/11-19/12	二,四	18:00-19:00	友爱体育馆	14+	65	20	9/10	☒ i
40536744	12/11-19/12	二,四	19:00-20:00	友爱体育馆	14+	65	20	9/10	☒ i
儿童舞训练班									
40536718	2/11-4/1	六	12:00-14:00	大兴体育馆	4-11	60	20	4/10	☒ 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格格期的申请者, 均视作「新申请者」, 可享优先报名权。 不合格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。									
40536746	29/11-27/12 (25/12) 除外	一,三,五	10:00-11:00	友爱体育馆	15+	75	20	@9/10	☒ i
40536778	21/11-17/12	二,四,六	8:00-9:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@10/10	☒ i
40536779	21/11-17/12	二,四,六	9:00-10:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@10/10	☒ i
40536780	11/11-6/12	一,三,五	15:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@9/10	☒ i
水中健体训练班									
40528774	5/11-19/12	二,四	10:00-11:00	屯门西北游泳池	14+	80	30	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40528775	5/11-19/12	二,四	11:00-12:00	屯门西北游泳池	14+	80	30	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
爵士舞训练班									
40536729	1/11-3/1	五	21:00-23:00	友爱体育馆	12+	70	20	8/10	☒ i
40536730	2/11-4/1	六	21:00-23:00	友爱体育馆	12+	70	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
瑜伽训练班									
40536723	5/11-5/12	二,四	7:00-9:00	大兴体育馆	15+	85	20	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	☒
40536724	5/11-5/12	二,四	9:00-11:00	大兴体育馆	15+	85	20	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	☒
正确使用健身室设施简介会									
40536715	2/11	六	18:00-21:00	大兴体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536716	16/11	六	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536725	3/11	日	10:00-13:00	良田体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536748	23/11	六	15:00-18:00	友爱体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536750	15/11	五	19:00-22:00	友爱体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536783	11/11	一	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536784	18/11	一	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536785	5/11	二	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	20	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
身心伸展训练班									
40536766	5/11-12/12	二,四	20:00-21:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536767	5/11-12/12	二,四	21:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536781	1/11-11/12	三,五	19:00-20:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
40536782	1/11-11/12	三,五	20:00-21:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40536765	3/11-8/12	日	14:00-16:00	大兴体育馆	7+	73	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
中国象棋同乐日									
40536764	17/11	日	14:00-17:00	屯门公园露天剧场	不限	免费	40	17/11	即场报名
草地滚球训练班									
40536751	4/11-28/11	一,四	20:00-22:00	湖山草地滚球场	8+	54	8	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
屯门区壁球比赛 女子公开组 (FA)									
40536735 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	19+	20	8	16/9	☒ i
屯门区壁球比赛 女子青年组 (FB)									
40536736 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	14-18	20	8	16/9	☒ i
屯门区壁球比赛 女子青年组 (FC)									

40536737 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	0-13	20	16	16/9	
屯门区壁球比赛 男子先进组 (MA)									
40536731 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	35+	20	16	16/9	
屯门区壁球比赛 男子成年组 (MB)									
40536732 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	19-34	20	8	16/9	
屯门区壁球比赛 男子青年组 (MC)									
40536733 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	14-18	20	16	16/9	
屯门区壁球比赛 男子青年组 (MD)									
40536734 (QTM1159-19)	3/11	日	9:00-21:00	友爱体育馆	0-13	20	32	16/9	
壁球训练班									
40527970	12/11-5/12	二,四	19:30-21:30	屯门游泳池壁球场	7+	160	8	11/10	
乒乓球训练班									
40536717	5/11-21/1 (24/12,31/12)除外	二	19:00-21:00	大兴体育馆	14+	86	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	
40536745	17/11-19/1	日	12:00-14:00	友爱体育馆	14+	86	24	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	
网球同乐日									
40528702	20/11	三	18:00-19:00	青善游乐场	8+	免费	12	11/10	
40528703	20/11	三	19:00-20:00	青善游乐场	8+	免费	12	11/10	
40528704	20/11	三	20:00-21:00	青善游乐场	8+	免费	12	11/10	
40528709	10/11	日	14:00-15:00	青善游乐场	8+	免费	12	8/10	
40528710	10/11	日	15:00-16:00	青善游乐场	8+	免费	12	8/10	
40528711	10/11	日	16:00-17:00	青善游乐场	8+	免费	12	8/10	
成人网球训练班									
40528700	29/11-8/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-22:00	邓肇坚运动场网球场	18+	170	18	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
40528705	28/11-2/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	邓肇坚运动场网球场	18+	170	18	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
40528712	29/11-7/1 (24/12,31/12)除外	二,五	19:00-21:00	青善游乐场	18+	170	18	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
40528713	28/11-2/1 (26/12)除外	一,四	20:00-22:00	青善游乐场	18+	170	18	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
网球训练班									
40528706	28/11-2/1 (26/12)除外	一,四	9:00-11:00	青善游乐场	8+	170	18	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
门球同乐日									
40536759	3/11	日	8:00-9:00	新和里游乐场	8+	免费	15	4/10	
40536760	3/11	日	9:00-10:00	新和里游乐场	8+	免费	15	4/10	
40536761	17/11	日	15:00-16:00	新和里游乐场	8+	免费	15	15/10	
40536762	17/11	日	16:00-17:00	新和里游乐场	8+	免费	15	15/10	
普及健体运动-行山乐									
40536756	17/11	日	9:00-17:00	C3 鱼翁田下赏刻石	6+	40	48	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	
骑马暨箭艺同乐									
40535590	3/11	日	15:00-17:00	屯门骑术学校/射箭场(校侧)	6+	75	32	9/10	
社区园圃计划									
40536755	2/11-29/2	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	屯富路社区园圃	12+	400	38	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	
40536763	10/11-8/3	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	青田游乐场社区园圃	12+	400	48	27/9-4/10 (10/10) {28/10}	

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。

精神病康復者草地滚球同乐日

40536769	16/11	六	10:00-12:00	湖山草地滚球场	8+	3	24/9	
40536771	22/11	五	14:00-16:00	湖山草地滚球场	15+	3	24/9	

智障人士康乐日营

40536768	1/11	五	9:00-17:00	西贡户外康乐中心	不限	19	24/9	
----------	------	---	------------	----------	----	----	------	--

自闭症人士康乐宿营

40536772	7/11-8/11	四,五	14:00-14:00	西贡户外康乐中心	不限	19	24/9	
----------	-----------	-----	-------------	----------	----	----	------	--

智障人士草地滚球同乐日

40536773	15/11	五	14:00-16:00	湖山草地滚球场	15+	3	24/9	
----------	-------	---	-------------	---------	-----	---	------	--

残疾人士康乐日营

40536691	10/11	日	9:00-17:00	西贡户外康乐中心	3+	19	24/9	
40536770	16/11	六	9:00-17:00	西贡户外康乐中心	3+	19	24/9	

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
长者游泳训练班(第一阶段)							
40528773	18/11-20/12	一,五	11:00-12:00	屯门西北游泳池	16	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
长者健体训练班							
40536749	29/11-3/1 (25/12,1/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	友爱体育馆	20	27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536775	2/11-3/12	二,四,六	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	20	27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
长者器械健体训练班							
<p>@ 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:新申请者将获优先取录,余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>							
40536719	7/11-3/12	二,四,六	14:00-15:00	大兴体育馆	20	@27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536720	7/11-3/12	二,四,六	15:00-16:00	大兴体育馆	20	@27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536747	29/11-27/12 (25/12)除外	一,三,五	9:00-10:00	友爱体育馆	20	@27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536774	21/11-17/12	二,四,六	7:00-8:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	20	@27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536776	11/11-6/12	一,三,五	16:00-17:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	20	@27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
活力长者计划-乒乓球同乐							
40536738	4/11-25/11	一	10:00-11:00	友爱体育馆	20	10/10	☒ i
40536739	4/11-25/11	一	9:00-10:00	友爱体育馆	20	10/10	☒ i
活力长者计划-健体操同乐							
40536728	7/11-28/11	四	8:00-10:00	良田体育馆	30	27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
40536740	6/11-27/11	三	9:00-11:00	友爱体育馆	30	27/9-4/10 (10/10){28/10}	☒
活力长者计划-棋乒乐无穷							
40536777	7/11-28/11	四	11:00-13:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	30	7/11-28/11	即场报名
活力长者计划-羽毛球自习计划							
40536726	4/11-25/11	一	9:00-10:00	良田体育馆	20	4/11-25/11	即场报名
40536727	4/11-25/11	一	10:00-11:00	良田体育馆	20	4/11-25/11	即场报名
活力长者计划-草地滚球同乐							
40536754	7/11-28/11	四	9:00-11:00	湖山草地滚球场	16	7/11-28/11	即场报名
活力长者计划-草地滚球自习计划							
40536752	6/11-27/11	三	9:00-10:00	湖山草地滚球场	24	6/11-27/11	即场报名
40536753	6/11-27/11	三	10:00-11:00	湖山草地滚球场	24	6/11-27/11	即场报名
活力长者计划-门球同乐							
40536721	6/11-27/11	三	7:00-8:00	大兴体育馆	20	14/10	☒ i
40536722	6/11-27/11	三	8:00-9:00	大兴体育馆	20	14/10	☒ i
40536741	7/11-28/11	四	7:00-8:00	友爱体育馆	20	15/10	☒ i
40536742	7/11-28/11	四	8:00-9:00	友爱体育馆	20	15/10	☒ i
长者门球训练班							
40536758	20/11-13/12	三,五	8:00-10:00	新和里游乐场	15	3/10	☒ i
长者康乐日营							
40535591	18/11	一	9:00-17:00	曹公潭户外康乐中心	48	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒
长者康乐旅行							
40528694	18/11	一	9:00-17:00	西贡	96	20/9-26/9 (3/10) {21/10}	☒