

















































**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**

**葵青区**

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
<b>健美舞训练班</b>									
40532263 (KWT1123)	1/11-17/1	五	13:00-14:00	大窝口体育馆	14+	65	20	8/10	 
40532265 (KWT1124)	1/11-17/1	五	14:00-15:00	大窝口体育馆	14+	65	20	8/10	 
40535152	5/11-12/12	二,四	9:00-10:00	长发体育馆	14+	65	20	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
40535153	5/11-12/12	二,四	10:00-11:00	长发体育馆	14+	65	20	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
<b>中国舞训练班</b>									
40532273 (KWT1129)	7/11-16/1 (26/12)除外	四	12:00-14:00	大窝口体育馆	14+	45	20	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
<b>器械健身训练班</b>									
<p>@ 从未参加过器械健身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参加参加的器械健身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身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分开始公开接受受报名 以抽签方式报名的训练班: 新申请者将获优先录取, 余额则按抽签结果由其他申请人填补。</p>									
40535154	5/11-12/12	二,四	19:00-20:00	长发体育馆	15+	75	20	@14/10	 
40535155	5/11-12/12	二,四	20:00-21:00	长发体育馆	15+	75	20	@14/10	 
40535156	6/11-13/12	三,五	8:00-9:00	长发体育馆	15+	75	20	@14/10	 
40535157	6/11-13/12	三,五	9:00-10:00	长发体育馆	15+	75	20	@14/10	 
40541842	21/11-9/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	8:00-9:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@14/10	 
40541843	21/11-9/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:00-10:00	枫树窝体育馆	15+	75	20	@14/10	 
<b>社交舞训练班</b>									
40520180 (KWT-1136)	2/11-4/1	六	14:00-16:00	青衣西南体育馆	14+	86	26	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
<b>简易太极班</b>									
40542165	5/11-12/12	二,四	13:00-14:00	林士德体育馆	6+	54	30	17/10	 
40542166	5/11-12/12	二,四	14:00-15:00	林士德体育馆	6+	54	30	17/10	 
<b>正确使用健身室设施简介</b>									
40520289 (KWT-1142)	4/11	一	19:00-22:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	免费	25	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
40520290 (KWT-1143)	18/11	一	19:00-22:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	免费	25	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
40541840	12/11	二	18:00-21:00	枫树窝体育馆	15+	免费	25	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
40541841	12/11	二	19:00-22:00	枫树窝体育馆	15+	免费	25	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
<b>压力处理与松弛技巧训练班</b>									
40542161	1/11-17/12	二,五	14:00-15:00	林士德体育馆	14+	80	16	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	
<b>身心伸展训练班</b>									
40520174 (KWT-1125)	7/11-30/1 (26/12)除外	四	19:00-20:00	青衣西南体育馆	15+	85	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40520175 (KWT-1126)	7/11-30/1 (26/12)除外	四	20:00-21:00	青衣西南体育馆	15+	85	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40532270 (KWT1127)	12/11-18/2 (24/12,31/12,28/1)除外	二	19:00-20:00	大窝口体育馆	15+	85	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40532271 (KWT1128)	12/11-18/2 (24/12,31/12,28/1)除外	二	20:00-21:00	大窝口体育馆	15+	85	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
<b>羽毛球训练班</b>									
40535151	5/11-5/12	二,四	19:00-21:00	长发体育馆	7+	118	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40541307 (1146)	6/11-6/12	三,五	9:00-11:00	荔景体育馆	7+	118	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40541680	6/11-6/12	三,五	9:00-11:00	青衣体育馆	7+	118	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40541839	4/11-5/12	一,四	19:00-21:00	枫树窝体育馆 (无空调)	7+	118	18	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
<b>亲子(7-17岁)羽毛球训练班</b>									
40542163	2/11-21/12 (23/11,30/11)除外	六	18:00-20:00	林士德体育馆	7+	73	24	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
<b>剑击训练班(第二阶段)</b>									
40541681	10/11-5/1 (22/12)除外	日	9:00-11:00	青衣体育馆	9+	100	20	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
<b>室内气手枪射击同乐日</b>									
40546896 (KWT1165)	23/11	六	14:00-15:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	50	15/10	 
40546897 (KWT1166)	23/11	六	15:00-16:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	50	15/10	 
<b>壁球训练班</b>									
40532267 (KWT1158)	3/11-29/12 (22/12)除外	日	10:00-12:00	大窝口体育馆	7+	160	8	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40532272 (KWT1159)	4/11-27/11	一,三	19:00-21:00	大窝口体育馆	7+	160	8	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	
40535158	6/11-29/11	三,五	19:00-21:00	长发体育馆	7+	160	12	16/10	 
40541306 (1156)	4/11-27/11	一,三	19:00-21:00	荔景体育馆	7+	160	8	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	

室内网球训练班

40520364 (KWT-1163)	13/11-13/12	三,五	17:00-19:00	北葵涌邓肇坚体育馆	8+	170	6	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
---------------------	-------------	-----	-------------	-----------	----	-----	---	-----------------------------	---

网球训练班

40541632 (1161)	15/11-18/12	三,五	9:00-11:00	青衣公园	8+	170	18	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
-----------------	-------------	-----	------------	------	----	-----	----	-----------------------------	---

高尔夫球同乐日

40541469 (KWT1164)	10/11	日	15:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	免费	30	22/10	📍 i
--------------------	-------	---	-------------	-------------	----	----	----	-------	-----

高尔夫球短距击球训练班

40541475 (KWT1151)	3/11-17/11	日	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
40541476 (KWT1152)	5/11-19/11	二	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉

高尔夫球训练班(第一阶段)

40541470 (KWT1153)	3/11-17/11	日	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	-----------------------------	---

高尔夫球训练班(第二阶段)

40541473 (KWT1154)	5/11-19/11	二	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	-----------------------------	---

普及健体运动-行山乐

40541663 (KWT1167)	3/11	日	9:00-17:00	B7路线 深浅两塘皆宜趣	6+	40	48	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	✉
40541664 (KWT1168)	24/11	日	9:00-17:00	D5路线 万里长城打咚咚	6+	40	48	19/9-23/9 (9/10) {28/10}	✉

运动攀登同乐日

40520190 (KWT-1169)	2/11	六	13:00-14:30	青衣西南体育馆	12+	免费	24	15/10	📍 i
40520191 (KWT-1170)	2/11	六	14:30-16:00	青衣西南体育馆	12+	免费	24	15/10	📍 i
40520192 (KWT-1171)	2/11	六	16:00-17:30	青衣西南体育馆	12+	免费	24	15/10	📍 i

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。

精神病康復者身心伸展训练班

40536391 (1177)	8/11-13/12	五	19:00-20:30	长发体育馆	15+	20	17/9	📍 i
-----------------	------------	---	-------------	-------	-----	----	------	-----

高尔夫球同乐日(残疾人士)

40541467 (KWT1176)	17/11	日	16:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	6	18/10	📍 i
40541468 (KWT1175)	17/11	日	15:30-16:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	6	18/10	📍 i

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。

40541844	21/11-9/1 (24/12,26/12,31/12) 除外	二,四	10:00-11:00	枫树窝体育馆	20	@19/9-23/9 (9/10){28/10}	✉
----------	--	-----	-------------	--------	----	-----------------------------	---

活力长者计划-乒乓球自习

40520382 (KWT-1185)	7/11-28/11	四	13:30-14:30	北葵涌邓肇坚体育馆	36	11/10	📍 i
40520383 (KWT-1186)	7/11-28/11	四	14:30-15:30	北葵涌邓肇坚体育馆	36	11/10	📍 i
40535147	4/11-18/11	一	13:00-14:00	长发体育馆	36	11/10	📍 i
40535148	4/11-18/11	一	14:00-15:00	长发体育馆	36	11/10	📍 i
40541311 (1179)	4/11-25/11	一	7:00-8:00	荔景体育馆	24	11/10	📍 i
40541312 (1180)	4/11-25/11	一	8:00-9:00	荔景体育馆	24	11/10	📍 i
40541837	6/11-27/11	三	9:00-10:00	枫树窝体育馆(无空调)	24	11/10	📍 i
40541838	6/11-27/11	三	10:00-11:00	枫树窝体育馆(无空调)	24	11/10	📍 i
40542167	1/11-29/11	五	8:00-9:00	林士德体育馆	24	11/10	📍 i
40542169	1/11-29/11	五	9:00-10:00	林士德体育馆	24	11/10	📍 i
40541687	4/11-25/11	一	7:00-8:00	青衣体育馆	24	11/10	📍 i
40541688	4/11-25/11	一	8:00-9:00	青衣体育馆	24	11/10	📍 i

活力长者计划-健体同乐

40532264 (KWT1207)	7/11-28/11	四	9:00-10:00	大窝口体育馆	25	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
40532266 (KWT1208)	7/11-28/11	四	10:00-11:00	大窝口体育馆	25	18/9-22/9 (3/10) {21/10}	✉
40541308 (1201)	7/11-28/11	四	8:00-9:00	荔景体育馆	25	4/10	📍 i
40541309 (1202)	4/11-25/11	一	7:00-8:00	荔景体育馆	25	4/10	📍 i
40520406 (KWT-1203)	6/11-27/11	三	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	4/10	📍 i

40520407 (KWT-1204)	6/11-27/11	三	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	4/10	☐ i
40541685	4/11-25/11	一	8:00-9:00	青衣体育馆	20	4/10	☐ i
40541686	4/11-25/11	一	9:00-10:00	青衣体育馆	20	4/10	☐ i
<b>活力长者计划-器械健体同乐</b>							
40541310 (1209)	4/11-25/11	一	8:00-9:00	荔景体育馆	20	2/10	☐ i
<b>活力长者计划-羽毛球自习</b>							
40520158 (KWT-1193)	5/11-26/11	二	7:00-8:00	青衣西南体育馆	20	8/10	☐ i
40520159 (KWT-1194)	5/11-26/11	二	8:00-9:00	青衣西南体育馆	20	8/10	☐ i
40535149	7/11-28/11	四	13:00-14:00	长发体育馆	24	8/10	☐ i
40535150	7/11-28/11	四	14:00-15:00	长发体育馆	24	8/10	☐ i
40541683	6/11-27/11	三	7:00-8:00	青衣体育馆	20	8/10	☐ i
40541684	6/11-27/11	三	8:00-9:00	青衣体育馆	20	8/10	☐ i
<b>活力长者计划-门球自习</b>							
40532268 (KWT1199)	4/11-25/11	一	7:00-8:00	大窝口体育馆	20	10/10	☐ i
40532269 (KWT1200)	4/11-25/11	一	8:00-9:00	大窝口体育馆	20	10/10	☐ i
40542170	6/11-27/11	三	7:00-8:00	林士德体育馆	20	10/10	☐ i
40542171	6/11-27/11	三	8:00-9:00	林士德体育馆	20	10/10	☐ i