

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

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
17岁或以下捷泳训练班 (第三阶段)									
40527664 (SK 0441)	5/11-5/12	二,四	19:00-20:00	将军澳游泳池 - 主池	0-17	100	20	16/9-22/9 (26/9) {22/10}	✉
成人捷泳训练班 (第三阶段)									
40527665 (SK 0442)	5/11-5/12	二,四	20:00-21:00	将军澳游泳池 - 主池	18+	100	20	16/9-22/9 (26/9) {22/10}	✉
健体舞训练班									
40546330 (SK 1214)	7/11-10/12 (19/11,23/11,3/12)除外	二,四,六	9:00-10:00	将军澳体育馆	14+	65	20	2/10	📄 i
40546331 (SK 1215)	7/11-10/12 (19/11,23/11,3/12)除外	二,四,六	10:00-11:00	将军澳体育馆	14+	65	20	2/10	📄 i
40546332 (SK 1216)	7/11-10/12 (19/11,23/11,3/12)除外	二,四,六	11:00-12:00	将军澳体育馆	14+	65	20	2/10	📄 i
40546333 (SK 1217)	5/11-30/11	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	20	25/9	📄 i
40546334 (SK 1218)	5/11-30/11	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	20	25/9	📄 i
40546335 (SK 1219)	6/11-6/12 (18/11,2/12)除外	一,三,五	9:00-10:00	宝林体育馆	14+	65	24	26/9	📄 i
40546336 (SK 1220)	6/11-6/12 (18/11,2/12)除外	一,三,五	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	65	24	26/9	📄 i
40546337 (SK 1221)	5/11-12/12	二,四	19:00-20:00	宝林体育馆	14+	65	24	30/9	📄 i
40546338 (SK 1222)	5/11-12/12	二,四	20:00-21:00	宝林体育馆	14+	65	24	30/9	📄 i
40546375 (SK 1259)	1/11-11/12	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	12	23/9	📄 i
40546376 (SK 1260)	1/11-11/12	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	12	23/9	📄 i
舞蹈同乐日(土风舞)									
40546358 (SK 1242)	23/11	六	9:00-12:00	坑口体育馆	14+	免费	80	11/10	📄 i
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:新申请者将获优先录取,余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40546343 (SK 1227)	20/11-6/1 (25/12,1/1)除外	一,三	8:00-9:00	将军澳体育馆	15+	75	26	@9/10	📄 i
40546344 (SK 1228)	20/11-6/1 (25/12,1/1)除外	一,三	9:00-10:00	将军澳体育馆	15+	75	26	@9/10	📄 i
40546345 (SK 1229)	4/11-11/12	一,三	19:00-20:00	宝林体育馆	15+	75	20	@20/9	📄 i
40546346 (SK 1230)	4/11-11/12	一,三	20:00-21:00	宝林体育馆	15+	75	20	@20/9	📄 i
40546347 (SK 1231)	4/11-11/12	一,三	21:00-22:00	宝林体育馆	15+	75	20	@20/9	📄 i
40546348 (SK 1232)	1/11-27/11	一,三,五	15:00-16:00	翠林体育馆	15+	75	20	@20/9	📄 i
40546349 (SK 1233)	1/11-27/11	一,三,五	16:00-17:00	翠林体育馆	15+	75	20	@20/9	📄 i
40546350 (SK 1234)	26/11-21/12	二,四,六	9:00-10:00	宝林体育馆	15+	75	20	@15/10	📄 i
40546351 (SK 1235)	26/11-21/12	二,四,六	10:00-11:00	宝林体育馆	15+	75	20	@15/10	📄 i
太极剑训练班									
40546405 (SK 1289)	28/11-24/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	惠民路游乐场	6+	60	40	14/10	📄 i
普及健体运动-优质健行									
40546398 (SK 1282)	4/11-29/11	一,三,五	7:00-8:00	宝翠公园	6+	20	20	24/9	📄 i
40546399 (SK 1283)	4/11-29/11	一,三,五	8:00-9:00	宝翠公园	6+	20	20	24/9	📄 i
正确使用健身室设施简介									
40546353 (SK 1237)	12/11	二	14:00-17:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
40546354 (SK 1238)	23/11	六	9:00-12:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	✉
40546355 (SK 1239)	23/11	六	10:00-13:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	✉
40546356 (SK 1240)	5/11	二	19:00-22:00	坑口体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
40546357 (SK 1241)	5/11	二	20:00-23:00	坑口体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
正确使用健身室设施简介(英语)									
40546352 (SK 1236)	12/11	二	13:00-16:00	将军澳体育馆	15+	免费	25	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40546379 (SK 1263)	17/11	日	9:00-10:00	将军澳体育馆	7+	免费	24	8/10	👤
40546380 (SK 1264)	17/11	日	10:00-11:00	将军澳体育馆	7+	免费	24	8/10	👤
40546381 (SK 1265)	17/11	日	11:00-12:00	将军澳体育馆	7+	免费	24	8/10	👤
羽毛球训练班									
40546339 (SK 1223)	8/11-11/12	三,五	8:00-10:00	将军澳体育馆	7+	118	24	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
40546340 (SK 1224)	21/11-23/12	一,四	19:00-21:00	将军澳体育馆	7+	118	24	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	✉
40546341 (SK 1225)	6/11-6/12	三,五	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	118	24	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
40546342 (SK 1226)	12/11-12/12	二,四	9:00-11:00	调景岭体育馆	7+	118	24	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
场地单车训练班 (第三阶段)									

40526046 (SK 205)	7/11	四	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	25/9	
西贡区草地滚球比赛 2019									
40546362 (SK 1246)	17/11	日	9:00-19:00	坑口文曲里公园	8+	100	16	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
草地滚球同乐日									
40546384 (SK 1268)	9/11	六	16:00-18:00	坑口文曲里公园	8+	免费	24	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
草地滚球训练班									
40546385 (SK 1269)	19/11-12/12	二,四	16:00-18:00	坑口文曲里公园	8+	54	16	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
壁球训练班									
40546360 (SK 1244)	7/11-3/12	二,四	19:00-21:00	将军澳体育馆	7+	160	8	30/9	
40546361 (SK 1245)	13/11-6/12	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	8	8/10	
网球训练班									
40546406 (SK 1290)	14/11-17/12	二,四	17:00-19:00	宝翠公园	8+	170	18	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
40546407 (SK 1291)	11/11-12/12	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	18	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
40546408 (SK 1292)	19/11-20/12	二,五	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	18	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
40546409 (SK 1293)	20/11-11/12	一,三,五	15:00-17:00	宝翠公园	8+	170	18	17/10	
围棋训练班(第二阶段)									
40546359 (SK 1243)	9/11-14/12	六	11:00-13:00	宝林体育馆	6+	40	20	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
室内板球同乐日									
40546310 (SK 1194)	16/11	六	11:00-12:00	将军澳体育馆	6+	免费	30	10/10	
40546311 (SK 1195)	16/11	六	12:00-13:00	将军澳体育馆	6+	免费	30	10/10	
40546312 (SK 1196)	16/11	六	13:00-14:00	将军澳体育馆	6+	免费	30	10/10	
香港单车馆公园定向同乐日									
40546386 (SK 1270)	16/11	六	9:30-12:30	香港单车馆公园	不限	免费	500	31/10	
运动攀登同乐日									
40546363 (SK 1247)	9/11	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	12+	免费	24	8/10	
40546364 (SK 1248)	9/11	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	12+	免费	24	8/10	
社区园圃计划									
40546393 (SK 1277)	3/11-8/3 (26/1)除外	日	9:00-12:00	毓雅里社区园圃	12+	400	38	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
40546394 (SK 1278)	3/11-8/3 (26/1)除外	日	14:00-17:00	毓雅里社区园圃	12+	400	38	18/9-24/9 (4/10) {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。

视障人士日营

40546403 (SK 1287)	17/11	日	10:00-17:00	麦理浩夫人度假村	不限	10	23/9	
--------------------	-------	---	-------------	----------	----	----	------	--

长期病患者日营

40546400 (SK 1284)	1/11	五	10:30-16:30	曹公潭户外康乐中心	不限	10	22/9	
--------------------	------	---	-------------	-----------	----	----	------	--

听障人士日营

40546404 (SK 1288)	3/11	日	9:00-17:00	西贡户外康乐中心	60+	6	23/9	
--------------------	------	---	------------	----------	-----	---	------	--

自闭症人士/智障人士/精神病康復者日营

40546402 (SK 1286)	9/11	六	10:30-16:30	西贡户外康乐中心	不限	9	30/9	
--------------------	------	---	-------------	----------	----	---	------	--

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

40546306 (SK 1190)	26/11-21/12	二,四,六	9:00-10:00	厚德邨德泽楼侧球场	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
40546307 (SK 1191)	26/11-21/12	二,四,六	7:00-8:00	景林邨景榕楼侧球场	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
40546308 (SK 1192)	26/11-21/12	二,四,六	7:30-8:30	尚德邨谭辉烈纪念剧场	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
40546309 (SK 1193)	26/11-21/12	二,四,六	8:30-9:30	翠林邨商场平台花园	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	

康体汇叙 - 长者徒手健体操

40546391 (SK 1275)	8/11-29/11	五	8:00-10:00	翠林体育馆	20	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
--------------------	------------	---	------------	-------	----	-----------------------------	--

长者徒手健体训练班

40546365 (SK 1249)	7/11-12/12 (19/11,3/12)除外	二,四,六	8:00-9:00	将军澳体育馆	20	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	
40546373 (SK 1257)	19/11-21/12 (30/11)除外	二,四,六	8:00-9:00	调景岭体育馆	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	
40546374 (SK 1258)	19/11-21/12 (30/11)除外	二,四,六	9:00-10:00	调景岭体育馆	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	

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。

40546367 (SK 1251)	5/11-12/12	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	20	@18/9-24/9 (4/10){28/10}	✉
--------------------	------------	-----	-----------	-------	----	-----------------------------	---

康体汇叙 - 太极

40546314 (SK 1198)	7/11-28/11	四	7:00-8:00	康盛花园平台花园	35	7/11-28/11	即场报名
40546315 (SK 1199)	7/11-28/11	四	7:00-8:00	将军澳游泳池对出空地	35	7/11-28/11	即场报名
40546316 (SK 1200)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	坑口文曲里公园	35	6/11-27/11	即场报名
40546317 (SK 1201)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	厚德邨德泽楼侧球场	35	6/11-27/11	即场报名
40546318 (SK 1202)	6/11-27/11	三	19:30-20:30	厚德邨德泽楼侧球场	35	6/11-27/11	即场报名
40546319 (SK 1203)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	明德商場上盖篮球场	35	6/11-27/11	即场报名
40546320 (SK 1204)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	宝翠公园	35	6/11-27/11	即场报名
40546321 (SK 1205)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	尚德邨谭辉烈纪念剧场	35	6/11-27/11	即场报名
40546322 (SK 1206)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	6/11-27/11	即场报名

康体汇叙 - 太极剑

40546313 (SK 1197)	7/11-28/11	四	7:00-8:00	翠林邨景明苑二号停车场平台	35	7/11-28/11	即场报名
40546323 (SK 1207)	6/11-27/11	三	7:00-8:00	唐明街休憩处	35	6/11-27/11	即场报名

活力长者计划-乒乓球自习

40546368 (SK 1252)	6/11-27/11	三	8:00-9:00	翠林体育馆	8	4/10	☰ i
40546369 (SK 1253)	1/11-29/11	五	8:00-9:00	翠林体育馆	8	23/9	☰ i
40546370 (SK 1254)	7/11-28/11	四	7:00-8:00	坑口体育馆	12	4/10	☰ i
40546371 (SK 1255)	7/11-28/11	四	8:00-9:00	坑口体育馆	12	4/10	☰ i
40546372 (SK 1256)	7/11-28/11	四	9:00-10:00	坑口体育馆	12	4/10	☰ i

活力长者计划-羽毛球自习

40546366 (SK 1250)	7/11-28/11	四	8:00-10:00	将军澳体育馆	20	24/9	☰ i
--------------------	------------	---	------------	--------	----	------	-----

长者乒乓球训练班

40546382 (SK 1266)	11/11-12/12	一,四	14:00-16:00	西贡壁球场	12	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
--------------------	-------------	-----	-------------	-------	----	-----------------------------	---

长者门球训练班

40546395 (SK 1279)	7/11-2/1 (26/12)除外	四	9:00-11:00	宝康公园	15	18/9-24/9 (4/10) {28/10}	✉
40546396 (SK 1280)	19/11-7/1	二	9:00-11:00	常宁游乐场	30	18/9-24/9 (4/10) {4/11}	✉

长期病患者日营

40546401 (SK 1285)	3/11	日	10:30-16:30	西贡户外康乐中心	60	23/9	☰ i
--------------------	------	---	-------------	----------	----	------	-----