

**康乐及文化事务署**  
**社区康乐活动**  
**2019年12月份康乐体育活动一览表**

**东区**

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 (抽签日期) (公开后补日期)	报名方式
<b>健体舞训练班</b>									
40547857 (EN1208)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	7:00-8:00	柴湾体育馆	14+	65	20	28/10	 
40547858 (EN1209)	3/12-14/1 (26/12)除外	二,四	8:00-9:00	柴湾体育馆	14+	65	20	28/10	 
40547863 (EN1214)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	柴湾体育馆	14+	65	20	21/10-28/10 (5/11){26/11}	
40547864 (EN1215)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	柴湾体育馆	14+	65	20	21/10-28/10 (5/11){26/11}	
40548085 (EN1222)	10/12-30/1 (24/12,26/12,31/12,28/1)除外	二,四	15:00-16:00	港岛东体育馆	14+	65	30	6/11	 
40548086 (EN1223)	10/12-30/1 (24/12,26/12,31/12,28/1)除外	二,四	16:00-17:00	港岛东体育馆	14+	65	30	6/11	 
40548096 (EN1231)	27/12-31/1 (1/1,6/1,20/1,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	渣华道体育馆	14+	65	30	14/11	 
40548100 (EN1232)	27/12-31/1 (1/1,6/1,20/1,27/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	渣华道体育馆	14+	65	30	14/11	 
40548101 (EN1233)	27/12-31/1 (1/1,6/1,20/1,27/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	渣华道体育馆	14+	65	30	14/11	 
40548104 (EN1234)	27/12-31/1 (1/1,6/1,20/1,27/1)除外	一,三,五	10:00-11:00	渣华道体育馆	14+	65	30	14/11	 
40548106 (EN1235)	27/12-31/1 (1/1,6/1,20/1,27/1)除外	一,三,五	11:00-12:00	渣华道体育馆	14+	65	30	14/11	 
40548109 (EN1236)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三,五	14:00-15:00	渣华道体育馆	14+	65	30	29/10	 
40548111 (EN1237)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三,五	15:00-16:00	渣华道体育馆	14+	65	30	29/10	 
40548112 (EN1238)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	12:00-13:00	渣华道体育馆	14+	65	30	30/10	 
40548115 (EN1239)	3/12-16/1 (24/12,26/12)除外	二,四	13:00-14:00	渣华道体育馆	14+	65	30	30/10	 
40548116 (EN1240)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	渣华道体育馆	14+	65	30	1/11	 
40548117 (EN1241)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	渣华道体育馆	14+	65	30	1/11	 
40548131 (EN1247)	6/12-22/1 (25/12,1/1)除外	三,五	19:00-20:00	港岛东体育馆	14+	65	30	7/11	 
40548132 (EN1248)	6/12-22/1 (25/12,1/1)除外	三,五	20:00-21:00	港岛东体育馆	14+	65	30	7/11	 
40548133 (EN1249)	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	港岛东体育馆	14+	65	30	4/11	 
40548134 (EN1250)	5/12-23/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	20:00-21:00	港岛东体育馆	14+	65	30	4/11	 
<b>八段锦训练班</b>									
40548139 (EN1258)	23/12-22/1 (25/12,1/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	北角街市天台儿童游乐场	8+	80	30	25/11	 
<b>儿童舞训练班</b>									
40548135 (EN1251)	1/12-9/2 (26/1)除外	日	9:00-11:00	港岛东体育馆	4-6	60	20	28/10	 
<b>中国舞训练班</b>									
40548087 (EN1224)	31/12-7/2 (24/1,28/1)除外	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	12+	45	30	21/10-28/10 (5/11){26/11}	
<b>东区圣诞前夕社交舞同乐夜</b>									
40549172 (EN1293)	24/12	二	19:00-22:00	港岛东体育馆	6+	20	400	1/11	 
<b>器械健体训练班</b>									
<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                      以抽签方式报名的训练班:新申请者将获优先取录,余额则按抽签结果由其他申请人填补。</p>									
40547868 (EN1219)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三,五	19:00-20:00	柴湾体育馆	15+	75	30	@30/10	 
40548081 (EN1220)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三,五	20:00-21:00	柴湾体育馆	15+	75	30	@30/10	 
<b>太极训练班</b>									
40548143 (EN1260)	23/12-24/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	云景道配水库游乐场	6+	60	40	19/11	 
40548145 (EN1261)	23/12-24/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	爱秩序湾游乐场	6+	60	70	21/11	 
40548148 (EN1262)	10/12-7/4 (26/12,25/1,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	耀东邨停车场篮球场	6+	60	70	11/11	 
40548155 (EN1264)	10/12-7/4 (26/12,25/1,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	健康邨游乐场	6+	60	70	21/10-28/10 (5/11){26/11}	
40548235 (EN1272)	23/12-27/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	6:30-7:30	鲗鱼涌公园(近鲤鱼湾入口)	6+	60	70	19/11	 
40548236 (EN1273)	23/12-27/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,29/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	20:00-21:00	鲗鱼涌公园(太极花园-近太古城中心第四期)	6+	60	70	22/11	 
40548277 (EN1281)	10/12-4/4 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	渔湾社区会堂侧空地	6+	60	50	13/11	 
40548280 (EN1282)	27/12-27/4 (1/1,24/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	20:00-21:00	小西湾村瑞泰楼侧羽毛球	6+	60	40	27/11	 
<b>太极剑训练班</b>									
40548142 (EN1259)	10/12-7/4 (26/12,25/1,28/1,4/4)除外	二,四,六	7:00-8:00	云景道配水库游乐场	6+	60	40	13/11	 
40548151 (EN1263)	23/12-24/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	耀东邨停车场篮球场	6+	60	40	21/11	 
40548162 (EN1265)	23/12-24/4 (25/12,1/1,24/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	健康邨游乐场	6+	60	40	21/10-28/10 (5/11){26/11}	
40548283 (EN1283)	27/12-24/4 (1/1,27/1,10/4,13/4)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴湾公园1及2号篮球场	6+	60	50	26/11	 
<b>西方土风舞训练班</b>									

40548094 (EN1230)	5/12-13/2 (26/12)除外	四	13:00-15:00	西湾河体育馆	8+	45	30	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>正确使用健身室设施简介</b>									
40547865 (EN1216)	8/12	日	10:30-13:30	柴湾体育馆	15+	免费	25	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
40547866 (EN1217)	14/12	六	14:30-17:30	柴湾体育馆	15+	免费	25	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>健步行简介</b>									
40548230 (EN1270)	14/12	六	9:30-11:30	鲗鱼涌公园(鲤鱼湾入口)	15+	免费	40	12/11	☒ i
<b>身心伸展训练班</b>									
40548122 (EN1243)	17/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	9:00-10:00	渣华道体育馆	15+	85	24	15/11	☒ i
40548124 (EN1244)	17/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	10:00-11:00	渣华道体育馆	15+	85	24	15/11	☒ i
<b>箭艺同乐日</b>									
40545203 (EN1104)	14/12	六	9:00-10:00	小西湾运动场	8+	免费	40	8/11	☒ i
40545204 (EN1105)	14/12	六	10:00-11:00	小西湾运动场	8+	免费	40	8/11	☒ i
40545205 (EN1106)	14/12	六	11:00-12:00	小西湾运动场	8+	免费	40	8/11	☒ i
40547853 (EN1289)	21/12	六	9:00-10:00	小西湾运动场	8+	免费	40	18/11	☒ i
40547854 (EN1290)	21/12	六	10:00-11:00	小西湾运动场	8+	免费	40	18/11	☒ i
40547855 (EN1291)	21/12	六	11:00-12:00	小西湾运动场	8+	免费	40	18/11	☒ i
<b>箭艺导赏团</b>									
40547852 (EN1207)	1/12	日	10:00-12:00	小西湾运动场	8+	免费	20	8/11	☒ i
40547856 (EN1292)	1/12	日	13:00-15:00	小西湾运动场	8+	免费	20	8/11	☒ i
<b>羽毛球训练班</b>									
40548091 (EN1228)	3/12-14/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	16:00-18:00	西湾河体育馆	7+	118	24	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
40548121 (EN1242)	27/12-7/2 (31/12,24/1,28/1)除外	二,五	18:00-20:00	渣华道体育馆	7+	118	24	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
40548129 (EN1245)	5/12-9/1 (26/12)除外	一,四	19:00-21:00	鲗鱼涌体育馆	7+	118	24	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>亲子(7-17)岁羽毛球同乐日</b>									
40545256 (EN1254)	7/12	六	14:00-15:00	鲗鱼涌体育馆	7+	免费	24	12/11	♿
40545257 (EN1255)	7/12	六	15:00-16:00	鲗鱼涌体育馆	7+	免费	24	12/11	♿
40545258 (EN1256)	7/12	六	16:00-17:00	鲗鱼涌体育馆	7+	免费	24	12/11	♿
<b>室内草地滚球训练班</b>									
40548089 (EN1226)	3/12-27/12	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	8	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
40548090 (EN1227)	3/12-27/12	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	8	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>乒乓球训练班</b>									
40548136 (EN1252)	8/12-16/2 (26/1)除外	日	15:00-17:00	港岛东体育馆	6-13	86	20	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>网球训练班</b>									
40548238 (EN1274)	8/12-16/2 (26/1)除外	日	10:00-12:00	鲗鱼涌公园	8+	170	18	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
40548270 (EN1280)	17/12-17/1	二,五	19:00-21:00	柴湾公园网球场	8+	170	18	21/10-28/10 (5/11){26/11}	☒
<b>普及健体运动 - 行山乐</b>									
40548276 (EN1093)	15/12	日	9:00-17:00	D9 起点: 大棠烧烤场 终点: 河背村	6+	40	48	14/10-21/10 (5/11){26/11}	☒
<b>家庭同乐日</b>									
40548246 (EN1276)	14/12	六	14:00-17:00	柴湾公园1号及2号篮球场	不限	免费	3000	14/12	即场报名

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。

**智障人士日营**

40548408 (EN1284)	28/12	六	9:00-16:00	鲤鱼门公园	6-18	12	5/11	☒ i
-------------------	-------	---	------------	-------	------	----	------	-----

**智障人士旅行**

40548169 (EN1266)	6/12	五	9:00-16:00	新界西区	20-75	8	5/11	☒ i
40548410 (EN1286)	8/12	日	9:00-17:00	待定	3+	10	5/11	☒ i

**肢体伤残人士太极拳训练计划**

40548173 (EN1267)	6/12-10/1	五	10:00-11:00	小西湾体育馆	8+	3	31/10	☒ i
-------------------	-----------	---	-------------	--------	----	---	-------	-----

**自闭症及智障人士日营**

40548409 (EN1285)	15/12	日	9:00-15:30	西贡户外康乐中心	2-6	12	5/11	☒ 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
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

**长者游泳训练班(第一阶段)**

40528966 (ENE010)	27/12-20/1 (1/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	小西湾游泳池	16	21/10-28/10 (5/11){26/11}	✉
-------------------	-----------------------	-------	-----------	--------	----	------------------------------	---

**长者游泳训练班(第二阶段)**

40528967 (ENE084)	27/12-20/1 (1/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	小西湾游泳池	20	21/10-28/10 (5/11){26/11}	✉
-------------------	-----------------------	-------	------------	--------	----	------------------------------	---

**长者康体汇叙 - 八段锦**

40547860 (EN1211)	4/12-18/12	三	8:00-10:00	柴湾体育馆	70	4/12-18/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

**外展计划-长者清晨徒手健体**

40548260 (EN1279)	2/12-30/12 (25/12)除外	一,三,五	7:30-9:30	柴湾公园	50	2/12-30/12	即场报名
-------------------	-------------------------	-------	-----------	------	----	------------	------

**外展计划长者体能测试及活力图展**

40548258 (EN1278)	15/12	日	8:00-10:00	柴湾公园	150	15/12	即场报名
-------------------	-------	---	------------	------	-----	-------	------

**长者康体汇叙-清晨徒手健体**

40548233 (EN1271)	1/12-19/1	日	7:00-9:00	鲗鱼涌公园(太极花园 - 近太古城中心第四期)	50	1/12-19/1	即场报名
-------------------	-----------	---	-----------	----------------------------	----	-----------	------

40548251 (EN1277)	1/12-19/1	日	7:30-9:30	柴湾公园	50	1/12-19/1	即场报名
-------------------	-----------	---	-----------	------	----	-----------	------

**长者普及体操训练班**

40548088 (EN1225)	2/12-23/12	一,三,五	14:00-16:00	港岛东体育馆	20	21/10-28/10 (5/11){26/11}	✉
-------------------	------------	-------	-------------	--------	----	------------------------------	---

**长者康体汇叙 - 社交舞**

40547851 (EN1206)	6/12-27/12	五	8:00-10:00	小西湾体育馆	30	6/12-27/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	--------	----	------------	------

40547862 (EN1213)	3/12-31/12	二	8:00-10:00	柴湾体育馆	110	3/12-31/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	-----	------------	------

**长者社交舞同乐日**

40548093 (EN1229)	12/12	四	10:00-12:00	西湾河体育馆	100	12/12	即场报名
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	-------	------

**长者简易太极训练班**

40548130 (EN1246)	6/12-17/1 (27/12)除外	一,五	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	60	21/10-28/10 (5/11){26/11}	✉
-------------------	------------------------	-----	-----------	--------	----	------------------------------	---

**长者康体汇叙 - 羽毛球**

40547859 (EN1210)	3/12-31/12	二	10:00-12:00	柴湾体育馆	32	3/12-31/12	即场报名
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	------------	------

**长者康体汇叙 - 乒乓球**

40547850 (EN1205)	5/12-19/12	四	8:00-10:00	小西湾体育馆	30	5/12-19/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	--------	----	------------	------

40547867 (EN1218)	5/12-19/12	四	8:00-10:00	柴湾体育馆	36	5/12-19/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

**长者康体汇叙 - 门球**

40547861 (EN1212)	6/12-27/12	五	8:00-10:00	柴湾体育馆	30	6/12-27/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

**长者日营**

40548241 (EN1275)	17/12	二	9:00-17:00	曹公潭户外康乐中心	98	21/10-28/10 (5/11){26/11}	✉
-------------------	-------	---	------------	-----------	----	------------------------------	---

**长者体能测试**

40548221 (EN1268)	7/12-28/12	六	8:00-10:00	百福道交通安全城(近健 康邨游乐场)	150	7/12-28/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-----------------------	-----	------------	------