

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

油尖旺区

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) (公开后补日期)	报名方式
成人第一阶段捷泳训练班									
40546135 (YM1325)	5/12-30/1 (26/12,2/1,4/1,9/1,11/1,16/1,25/1)除外	四,六	7:00-8:00	九龙公园游泳池(训练池)	18+	100	16	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
40546136 (YM1326)	3/12-27/12 (24/12,26/12)除外	二,四,五	18:00-19:00	九龙公园游泳池(训练池)	18+	100	16	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
40546137 (YM1327)	3/12-27/12 (24/12,26/12)除外	二,四,五	20:00-21:00	九龙公园游泳池(训练池)	18+	100	16	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
成人第二阶段胸泳训练班									
40546138 (YM1328)	3/12-27/12 (24/12,26/12)除外	二,四,五	19:00-20:00	九龙公园游泳池(训练池)	18+	100	20	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
健美舞训练班									
40546169 (YM1359)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	7:30-8:30	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546170 (YM1360)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	8:30-9:30	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546171 (YM1361)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	9:30-10:30	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546172 (YM1362)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	11:00-12:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546173 (YM1363)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	12:00-13:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546174 (YM1364)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	13:00-14:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546175 (YM1365)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	18:00-19:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546176 (YM1366)	3/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-20:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	15/11	☑ i
40546177 (YM1367)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	15:00-16:00	大角咀体育馆(六楼1及2号活动室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546178 (YM1368)	4/12-17/1 (25/12,1/1)除外	三,五	16:00-17:00	大角咀体育馆(六楼1及2号活动室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546179 (YM1369)	17/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	7:00-8:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	4/11	☑ i
40546180 (YM1370)	17/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	8:00-9:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	4/11	☑ i
40546181 (YM1371)	17/12-6/2 (24/12,26/12,31/12,28/1)除外	二,四	18:00-19:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	21/11	☑ i
40546182 (YM1372)	17/12-6/2 (24/12,26/12,31/12,28/1)除外	二,四	19:00-20:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	21/11	☑ i
40546183 (YM1373)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	7:00-8:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546184 (YM1374)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	8:00-9:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546185 (YM1375)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	9:00-10:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546186 (YM1376)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	15:00-16:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546187 (YM1377)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	16:00-17:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	65	30	11/11	☑ i
40546188 (YM1378)	20/12-7/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	18:00-19:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	11/11	☑ i
40546189 (YM1379)	20/12-7/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	19:00-20:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	14+	65	25	11/11	☑ i
跳舞强身-油尖旺区社交舞之夜									
40546132 (YM1322)	24/12	二	19:00-23:00	界限街一号体育馆(主场)	8+	20	280	4/11	☑ i
器械健身训练班									
@ 从未参加过器械健身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。									
40546159 (YM1349)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	8:00-9:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546160 (YM1350)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	9:00-10:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546161 (YM1351)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	12:00-13:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546162 (YM1352)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	13:00-14:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546163 (YM1353)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	15:00-16:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546164 (YM1354)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	17:00-18:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546165 (YM1355)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	18:00-19:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546166 (YM1356)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	19:00-20:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
40546167 (YM1357)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	20:00-21:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	75	30	@18/11	☑ i
水中健体训练班									
40546139 (YM1329)	5/12-14/2 (26/12,2/1,3/1,9/1,10/1,16/1,17/1,30/1)除外	四,五	12:00-13:00	九龙公园游泳池(训练池)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
40546140 (YM1330)	5/12-14/2 (26/12,2/1,3/1,9/1,10/1,16/1,17/1,30/1)除外	四,五	13:00-14:00	九龙公园游泳池(训练池)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
40546141 (YM1331)	3/12-23/1 (26/12,2,3,7,9,10,14,16,17/1)除外	二,四,五	8:00-9:00	九龙公园游泳池(训练池)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
40546142 (YM1332)	3/12-23/1 (26/12,2,3,7,9,10,14,16,17/1)除外	二,四,五	9:00-10:00	九龙公园游泳池(训练池)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	☑
柔道训练班									
40546213 (YM1403)	14/12-22/2 (25/1)除外	六	14:00-16:00	九龙公园体育馆(二楼活动室)	12+	65	25	4/11	☑ i
社交舞训练班									

40548078 (YM1576)	18/12-29/1 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	9:00-11:00	官涌体育馆(五楼1号活动室)	14+	86	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
40548079 (YM1577)	19/12-23/1 (26/12)除外	二,四	15:00-17:00	官涌体育馆(五楼1号活动室)	14+	86	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
太极训练班									
40546220 (YM1410)	3/12-28/3 (26/12,25/1,28/1)除外	二,四,六	7:30-8:30	京士柏曲棍球场	6+	60	40	8/11	📄 i
40546221 (YM1411)	4/12-30/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	京士柏曲棍球场	6+	60	40	7/11	📄 i
简易太极班									
40546223 (YM1413)	29/12-22/3	日	8:30-9:30	九龙公园雕塑廊	6+	54	30	7/11	📄 i
40546224 (YM1414)	29/12-22/3 (26/1)除外	日	9:30-10:30	九龙公园雕塑廊	6+	54	30	7/11	📄 i
黄昏简易太极班									
40546222 (YM1412)	17/12-30/1 (26/12,28/1)除外	二,四	17:30-18:30	樱桃街公园(广场)	6+	54	30	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
太极剑训练班									
40546219 (YM1409)	4/12-30/3 (25/12,1/1,27/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	九龙公园榕树园	6+	60	40	7/11	📄 i
西方土风舞训练班									
40546190 (YM1380)	2/12-10/2 (27/1)除外	一	20:00-22:00	九龙公园体育馆(副场)	8+	45	30	14/11	📄 i
瑜伽训练班									
40546191 (YM1381)	4/12-10/1 (25/12,1/1)除外	三,五	10:00-12:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	15+	85	30	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546192 (YM1382)	4/12-10/1 (25/12,1/1)除外	三,五	18:00-20:00	九龙公园体育馆(二楼活动室)	15+	85	25	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546193 (YM1383)	6/12-6/1	一,五	18:00-20:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	15+	85	30	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
儿童健体训练班									
40546168 (YM1358)	7/12-1/2 (25/1)除外	六	14:00-15:30	花园街体育馆(十楼2号活动室)	8-14	75	20	18/11	📄 i
正确使用健身室设施简介									
40546143 (YM1333)	6/12	五	19:00-22:00	花园街体育馆(十楼健身室)	15+	免费	25	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546147 (YM1447)	10/12	二	9:00-12:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	免费	25	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40547056 (YM1446)	1/12	日	10:00-13:00	大角咀体育馆(六楼健身室)	15+	免费	25	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
压力处理与松弛技巧训练班									
40546227 (YM1417)	4/12-29/1 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	12:00-13:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
40546228 (YM1418)	4/12-29/1 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	13:00-14:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
40546229 (YM1419)	7/12-14/3 (25/1)除外	六	13:00-14:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
40546230 (YM1420)	7/12-14/3 (25/1)除外	六	14:00-15:00	花园街体育馆(十楼舞蹈室)	14+	80	30	18/10-23/10 (31/10){19/11}	✉
健步行简介									
40546210 (YM1400)	7/12	六	9:00-11:00	尖沙咀海滨花园	6+	免费	40	4/11	📄 i
40546211 (YM1401)	11/12	三	9:00-11:00	尖沙咀海滨花园	6+	免费	40	14/11	📄 i
40546212 (YM1402)	21/12	六	15:00-17:00	尖沙咀海滨花园	6+	免费	40	4/11	📄 i
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40546201 (YM1391)	7/12	六	10:00-11:00	官涌体育馆(六楼主场)	7+	免费	24	11/11	👤
40546202 (YM1392)	7/12	六	11:00-12:00	官涌体育馆(六楼主场)	7+	免费	24	11/11	👤
40546203 (YM1393)	7/12	六	12:00-13:00	官涌体育馆(六楼主场)	7+	免费	24	11/11	👤
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40546200 (YM1390)	14/12-18/1	六	10:00-12:00	官涌体育馆(六楼主场)	7+	73	24	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
儿童小型网球训练班									
40546198 (YM1388)	14/12-22/2 (25/1)除外	六	14:00-16:00	官涌体育馆(六楼主场)	6-12	70	12	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546199 (YM1389)	14/12-22/2 (25/1)除外	六	14:00-16:00	官涌体育馆(六楼主场)	6-12	70	12	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
壁球训练班									
40546204 (YM1394)	3/12-7/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	7:00-9:00	官涌体育馆(五楼壁球室)	7+	160	12	8/11	📄 i
乒乓球训练班									
40547058 (YM1449)	13/12-21/2 (24/1)除外	五	9:00-11:00	官涌体育馆(五楼2号活动室)	14+	86	24	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
少年乒乓球训练班									
40547057 (YM1448)	14/12-22/2 (25/1)除外	六	14:00-16:00	官涌体育馆(五楼2号活动室)	10-13	86	24	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
乒乓球进阶班									
40546205 (YM1395)	10/12-21/1 (24/12,26/12,31/12)除外	二,四	19:00-21:00	花园街体育馆(十楼2号活动室)	14+	86	24	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
网球训练班									
40546195 (YM1385)	2/12-8/1 (25/12,1/1)除外	一,三	19:00-21:00	京士柏游乐场网球场	8+	170	18	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546196 (YM1386)	3/12-7/1 (26/12)除外	二,四	19:00-21:00	樱桃街公园网球场	8+	170	12	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
40546197 (YM1387)	17/12-17/1	二,五	15:00-17:00	京士柏游乐场网球场	8+	170	18	24/10-30/10 (7/11){26/11}	✉
围棋训练班(第二阶段)									
40546194 (YM1384)	7/12-11/1	六	14:30-16:30	花园街体育馆(十二楼3号活动室)	6+	40	20	11/11	📄 i

行山乐									
40546209 (YM1399)	8/12	日	9:00-16:00	C4: 大榄白虎访三庙	6+	40	48	17/10-21/10 (7/11){26/11}	✉
骑马同乐日									
40546208 (YM1398)	15/12	日	15:00-17:00	鲤鱼门公众骑术学校	6+	75	24	14/11	📄 i
运动攀登同乐日									
40546207 (YM1397)	8/12	日	9:00-10:00	大角咀体育馆(七楼主场)	12+	免费	20	21/11	📄 i
40547059 (YM1450)	8/12	日	10:00-11:00	大角咀体育馆(七楼主场)	12+	免费	20	21/11	📄 i
40547060 (YM1451)	8/12	日	11:00-12:00	大角咀体育馆(七楼主场)	12+	免费	20	21/11	📄 i
运动攀登训练班									
40546206 (YM1396)	7/12-14/12	六	14:00-17:00	大角咀体育馆(七楼主场)	12+	40	15	19/11	📄 i
玩转公园日									
40546134 (YM1324)	8/12	日	14:00-17:00	九龙公园	不限	免费	300	8/12	即场报名
功夫闹									
40546214 (YM1404)	1/12	日	14:30-16:30	九龙公园雕塑廊	不限	免费	500	1/12	即场报名
40546215 (YM1405)	8/12	日	14:30-16:30	九龙公园雕塑廊	不限	免费	500	8/12	即场报名
40546216 (YM1406)	15/12	日	14:30-16:30	九龙公园雕塑廊	不限	免费	500	15/12	即场报名
40546217 (YM1407)	22/12	日	14:30-16:30	九龙公园雕塑廊	不限	免费	500	22/12	即场报名
40546218 (YM1408)	29/12	日	14:30-16:30	九龙公园雕塑廊	不限	免费	500	29/12	即场报名
清晨观鸟汇叙									
40546225 (YM1415)	6/12-27/12	五	7:30-9:30	九龙公园拱廊(集合)	不限	免费	20	6/12-27/12	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。

视障人士社交舞同乐日									
40546248 (YM1438)	7/12	六	10:00-12:00	官涌体育馆(大活动室)	15+	4	1/11	📄 i	
伤健人士同乐日									
40546249 (YM1439)	14/12	六	9:00-12:00	界限街一号体育馆(主场)	8+	500	14/12	即场报名	

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

长者第一阶段游泳训练班									
40546231 (YM1421)	5/12-30/1 (26/12,2/1,4/1,9/1,11/1,16/1,25/1) 除外	四,六	8:00-9:00	九龙公园游泳池 (训练池)	16	18/10-23/10 (31/10) {19/11}	✉		

长者第二阶段游泳训练班									
40546232 (YM1422)	5/12-30/1 (26/12,2/1,4/1,9/1,11/1,16/1,25/1) 除外	四,六	9:00-10:00	九龙公园游泳池(训练池)	20	18/10-23/10 (31/10) {19/11}	✉		

长者康体汇叙 - 八段锦									
40546241 (YM1431)	4/12-30/12 (16/12,25/12)除外	一,三,五	7:00-9:00	花园街体育馆(十楼2号活动室)	30	4/12-30/12	即场报名		
40546242 (YM1432)	3/12-31/12	二	8:00-9:00	官涌体育馆(五楼1号活动室)	30	3/12-31/12	即场报名		
40546243 (YM1433)	3/12-31/12	二	9:00-10:00	官涌体育馆(五楼1号活动室)	30	3/12-31/12	即场报名		

长者康体汇叙 - 徒手健体									
40546244 (YM1434)	3/12-19/12	二,四	14:00-15:00	花园街体育馆(10楼2号活动室)	45	3/12-19/12	即场报名		
40546245 (YM1435)	6/12-27/12	五	8:00-9:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	30	6/12-27/12	即场报名		
40546246 (YM1436)	6/12-27/12	五	9:00-10:00	官涌体育馆(六楼舞蹈室)	30	6/12-27/12	即场报名		

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。

40546233 (YM1423)	18/12-5/2 (25/12,1/1,24/1)除外	三,五	14:00-15:00	花园街体育馆(十楼健身室)	30	@18/10-23/10 (31/10) {19/11}	✉
-------------------	---------------------------------	-----	-------------	---------------	----	------------------------------------	---

长者康体汇叙 - 太极

40546240 (YM1430)	1/12-29/12	日	7:00-8:00	九龙公园榕树园	140	1/12-29/12	即场报名
长者康体汇叙-羽毛球同乐							
40546236 (YM1426)	3/12-31/12 (26/12)除外	二,四	8:00-10:00	大角咀体育馆(七楼主场)	24	3/12-31/12	即场报名
长者康体汇叙-室内短垫滚球							
40546239 (YM1429)	4/12-18/12	三	9:30-11:30	官涌体育馆(六楼主场)	20	4/12-18/12	即场报名
长者康体汇叙-乒乓球							
40546237 (YM1427)	3/12-31/12	二,五	7:00-9:00	界限街二号体育馆(主场)	24	3/12-31/12	即场报名
40546238 (YM1428)	4/12-18/12	三	9:30-11:30	官涌体育馆(六楼主场)	20	4/12-18/12	即场报名
活力长者计划-门球							
40546234 (YM1424)	4/12-18/12	三	7:00-9:00	界限街二号体育馆(主场)	20	4/12-18/12	即场报名
40546235 (YM1425)	5/12-19/12	四	9:30-11:30	官涌体育馆(六楼主场)	16	5/12-19/12	即场报名
长者旅行							
40546247 (YM1437)	12/12	四	9:00-17:00	妙法寺、尖鼻咀红树林、南生围	96	18/10-23/10 (31/10) {19/11}	✉