

































康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年7月份康乐体育活动一览表

北区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/投考日期 (抽籤日期) (公开候补日期)	报名方式
拯溺训练班(铜章)									
40595255 (NF420)	5/7-16/8	一,三,五	19:30-21:30	粉岭游泳池(主池)	13+	108	12	7/6	
40595271 (NF421)	29/7-9/9	二,四,六	19:30-21:30	粉岭游泳池(主池)	13+	108	12	25/6	
第一阶段儿童捷泳训练班									
40594689 (NF333)	12/7-2/8	一,三,五	10:00-11:00	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594765 (NF347)	12/7-2/8	一,三,五	16:30-17:30	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594766 (NF348)	12/7-2/8	一,三,五	19:30-20:30	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
第一阶段儿童胸泳训练班									
40594686 (NF332)	12/7-2/8	一,三,五	9:00-10:00	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594692 (NF334)	12/7-2/8	一,三,五	14:30-15:30	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594693 (NF335)	12/7-2/8	一,三,五	19:30-20:30	粉岭游泳池(训练池)	5-8	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第一阶段少年捷泳训练班									
40594701 (NF338)	12/7-2/8	一,三,五	17:30-18:30	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594767 (NF349)	12/7-2/8	一,三,五	8:00-9:00	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594785 (NF367)	13/7-3/8	二,四,六	8:00-9:00	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
第一阶段少年胸泳训练班									
40594695 (NF336)	12/7-2/8	一,三,五	11:00-12:00	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594697 (NF337)	12/7-2/8	一,三,五	13:30-14:30	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594777 (NF359)	13/7-3/8	二,四,六	9:00-10:00	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第一阶段成人捷泳训练班									
40594723 (NF342)	12/7-2/8	一,三,五	20:30-21:30	粉岭游泳池(训练池)	18+	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594780 (NF362)	13/7-3/8	二,四,六	20:30-21:30	粉岭游泳池(训练池)	18+	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
第一阶段成人胸泳训练班									
40594679 (NF328)	12/7-2/8	一,三,五	20:30-21:30	粉岭游泳池(训练池)	18+	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594775 (NF357)	13/7-3/8	二,四,六	20:30-21:30	粉岭游泳池(训练池)	18+	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第一阶段青年捷泳训练班									
40594787 (NF369)	13/7-3/8	二,四,六	19:30-20:30	粉岭游泳池(训练池)	13-17	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
第一阶段青年胸泳训练班									
40594708 (NF339)	12/7-2/8	一,三,五	15:30-16:30	粉岭游泳池(训练池)	13-17	100	6	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第三阶段青少年胸泳训练班									
40594718 (NF340)	12/7-2/8	一,三,五	17:30-18:30	粉岭游泳池(主池)	0-17	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第二阶段少年捷泳训练班									
40594786 (NF368)	13/7-3/8	二,四,六	19:30-20:30	粉岭游泳池(训练池)	9-12	100	6	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
第二阶段成人胸泳训练班									
40594680 (NF329)	12/7-2/8	一,三,五	8:00-9:00	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594681 (NF330)	12/7-2/8	一,三,五	19:30-20:30	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
40594782 (NF364)	13/7-3/8	二,四,六	19:30-20:30	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第二阶段成人捷泳训练班									
40594726 (NF343)	12/7-2/8	一,三,五	20:30-21:30	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
40594781 (NF363)	13/7-3/8	二,四,六	8:00-9:00	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
成人蝶泳训练班									
40594778 (NF360)	13/7-3/8	二,四,六	7:00-8:00	粉岭游泳池(副池)	18+	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
第三阶段成人捷泳训练班									
40594783 (NF365)	13/7-3/8	二,四,六	20:30-21:30	粉岭游泳池(主池)	18+	100	8	27/5-1/6 (9/6){2/7}	
青少年蝶泳训练班									
40594721 (NF341)	12/7-2/8	一,三,五	16:30-17:30	粉岭游泳池(副池)	9-17	100	8	20/5-25/5 (1/6) {23/6}	
八段锦训练班									
40600744 (NW604)	8/7-23/9	四	11:00-12:00	和兴体育馆	8+	80	15	11/6	
40600745 (NW605)	8/7-23/9	四	12:00-13:00	和兴体育馆	8+	80	15	11/6	
儿童舞训练班									
40600758 (NH616)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	13:00-15:00	联和墟体育馆	4-11	60	10	1/6	
40600759 (NT617)	7/7-8/9	三	17:00-19:00	天平体育馆	4-11	60	10	1/6	
40600760 (NT618)	10/7-11/9	六	14:00-16:00	天平体育馆	4-11	60	10	1/6	
40600761 (NW619)	9/7-10/9	五	15:00-17:00	和兴体育馆	4-6	60	10	1/6	
40600762 (NW620)	11/7-19/9 (1/8)除外	日	10:00-12:00	和兴体育馆	4-11	60	10	1/6	

中国舞训练班									
40600763 (NH621)	6/7-7/9	二	13:00-15:00	联和墟体育馆	12+	45	15	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600764 (NH622)	8/7-9/9	四	11:00-13:00	联和墟体育馆	12+	45	15	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600765 (NR623)	7/7-8/9	三	10:00-12:00	保荣路体育馆	12+	45	15	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
器械健身训练班									
<p>④ 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算，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：新申请者将获优先取录，余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40600774 (NW631)	6/7-31/7	二,四,六	9:00-10:00	和兴体育馆	15+	75	10	@15/6	☒ i
40600776 (NW632)	6/7-31/7	二,四,六	10:00-11:00	和兴体育馆	15+	75	10	@15/6	☒ i
40600777 (NW633)	12/7-6/8	一,三,五	19:00-20:00	和兴体育馆	15+	75	10	@15/6	☒ i
40600779 (NW634)	12/7-6/8	一,三,五	20:00-21:00	和兴体育馆	15+	75	10	@15/6	☒ i
普及体操训练班									
40600784 (NH639)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	15:00-17:00	联和墟体育馆	6+	54	6	4/6	☒ i
40600786 (NH640)	21/7-20/8	三,五	13:00-15:00	联和墟体育馆	6+	54	6	4/6	☒ i
爵士舞训练班									
40600791 (NH644)	10/7-11/9	六	14:00-16:00	联和墟体育馆	12+	70	15	2/6	☒ i
40600792 (NW645)	9/7-10/9	五	19:00-21:00	和兴体育馆	12+	70	10	2/6	☒ i
柔道训练班									
40600793 (NH646)	4/7-12/9	日	9:00-11:00	联和墟体育馆	6+	65	15	3/6	☒ i
40600794 (NR647)	6/7-7/9	二	18:00-20:00	保荣路体育馆	6+	65	15	3/6	☒ i
40600796 (NW649)	7/7-8/9	三	18:00-20:00	和兴体育馆	6+	65	10	3/6	☒ i
40600797 (NW650)	10/7-11/9	六	14:00-16:00	和兴体育馆	6+	65	10	3/6	☒ i
社交舞训练班									
40600804 (NH655)	2/7-3/9	五	16:00-18:00	联和墟体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600805 (NH656)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	20:00-22:00	联和墟体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600806 (NR657)	6/7-7/9	二	14:00-16:00	保荣路体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600807 (NW658)	8/7-9/9	四	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600808 (NW659)	9/7-10/9	五	11:00-13:00	和兴体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
简易太极班									
40600826 (NX674)	2/7-28/7	一,三,五	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	10/6	☒ i
40600827 (NX675)	3/7-29/7	二,四,六	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	9/6	☒ i
40600828 (NX676)	2/7-28/7	一,三,五	8:00-9:00	联和墟游乐场	8+	54	15	10/6	☒ i
40600829 (NX677)	2/7-28/7	一,三,五	7:00-8:00	联和墟游乐场	8+	54	15	10/6	☒ i
40600831 (NX679)	2/7-28/7	一,三,五	20:00-21:00	沙头角游乐场	8+	54	15	10/6	☒ i
40600832 (NX680)	2/7-28/7	一,三,五	19:00-20:00	沙头角游乐场	8+	54	15	10/6	☒ i
西方土风舞训练班									
40600850 (NW695)	10/7-11/9	六	19:00-21:00	和兴体育馆	8+	45	10	11/6	☒ i
武术训练班 (暑期训练班)									
40600851 (NH696)	20/7-17/8	二,四	15:00-17:00	联和墟体育馆	6-14	86	10	18/6	☒ i
瑜伽训练班									
40600858 (NH702)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	7:00-9:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600859 (NH703)	10/7-11/9	六	12:00-14:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600860 (NH704)	14/7-15/9	三	13:00-15:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600862 (NW705)	10/7-11/9	六	8:00-10:00	和兴体育馆	15+	85	15	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
40600863 (NW706)	10/7-11/9	六	10:00-12:00	和兴体育馆	15+	85	15	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	☒
正确使用健身室设施简介									
40600749 (NH608)	4/7	日	15:00-18:00	联和墟体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600750 (NR609)	3/7	六	14:00-17:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600751 (NR610)	11/7	日	10:00-13:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600753 (NT612)	11/7	日	15:00-18:00	天平体育馆	15+	免费	10	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600754 (NW613)	10/7	六	14:00-17:00	和兴体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
羽毛球训练班									
40600738 (NR598)	28/7-6/10 (22/9)除外	三	20:00-22:00	保荣路体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600739 (NR599)	30/7-8/10 (1/10)除外	五	14:00-16:00	保荣路体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600740 (NW600)	6/7-7/9	二	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600741 (NW601)	7/7-8/9	三	9:00-11:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600742 (NW602)	7/7-8/9	三	18:00-20:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600743 (NW603)	12/7-13/9	一	13:00-15:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
单线滚轴溜冰训练班									
40598360 (NP582)	11/7-12/9	日	16:00-18:00	北区公园	6+	55	10	3/6	☒ i
40600787 (NX641)	3/7-4/9	六	16:00-18:00	粉岭游乐场	6+	55	10	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒
40600788 (NX642)	6/7-7/9	二	19:00-21:00	粉岭游乐场	6+	55	10	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	☒

壁球训练班									
40600810 (NL661)	6/7-24/8	二	19:00-21:00	和兴体育馆	7-17	160	6	4/6	
40600811 (NL662)	8/7-26/8	四	20:00-22:00	和兴体育馆	18+	160	6	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	
乒乓球训练班									
40600814 (NL664)	6/7-5/8	二,四	12:00-14:00	联和墟体育馆	6+	86	12	8/6	
40600815 (NL665)	7/7-6/8	三,五	11:00-13:00	联和墟体育馆	6+	86	12	8/6	
40600816 (NH666)	10/7-11/9	六	16:00-18:00	联和墟体育馆	14+	86	12	8/6	
40600817 (NW667)	6/7-7/9	二	18:00-20:00	和兴体育馆	6+	86	12	8/6	
40600819 (NW668)	10/7-11/9	六	16:00-18:00	和兴体育馆	6+	86	12	8/6	
40600822 (NR670)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	9:00-11:00	保荣路体育馆	6+	86	12	8/6	
40600823 (NR671)	4/7-12/9 (1/8)除外	日	15:00-17:00	保荣路体育馆	6+	86	12	8/6	
40600824 (NR672)	8/7-9/9	三	16:00-18:00	保荣路体育馆	6+	86	12	8/6	
40600973 (NH669)	10/7-11/9	六	10:00-12:00	联和墟体育馆	6-13	86	12	8/6	
室内网球训练班									
40600835 (NW682)	6/7-7/9	二	9:00-11:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
40600836 (NW683)	7/7-8/9	三	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
40600837 (NW684)	11/7-19/9 (1/8)除外	日	17:00-19:00	和兴体育馆	8-13	170	3	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
40600838 (NW685)	11/7-19/9 (1/8)除外	日	19:00-21:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
网球训练班									
40600840 (NG686)	19/7-18/8	一,三	9:00-11:00	北区运动场	8-18	170	9	22/6	
40600841 (NG687)	20/7-19/8	二,四	9:00-11:00	北区运动场	8-18	170	9	22/6	
女子篮球训练班									
40600747 (NL606)	3/7-18/9 (4/9,11/9)除外	六	12:00-14:00	和兴体育馆	10+	75	15	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	
男子篮球训练班									
40600748 (NL607)	3/7-18/9 (4/9,11/9)除外	六	10:00-12:00	和兴体育馆	10+	75	15	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	
足球同乐日									
40600783 (NX638)	22/7	四	16:00-18:00	百和路游乐场	6-11	免费	10	22/7	即场报名
运动攀登训练班									
40600809 (NR660)	4/7-11/7	日	12:00-18:00	保荣路体育馆	12+	40	4	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	
社区园圃计划									
40598199 (NP547)	4/7-31/10	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	北区公园社区园圃	12+	400	30	20/5-26/5 (3/6) {24/6}	

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) {公开候补日期}	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。

长期病患者健体舞训练班

40605480 (NR707)	9/7-30/7	五	10:00-12:00	保荣路体育馆	18+	2	9/6	
------------------	----------	---	-------------	--------	-----	---	-----	--

肢体伤残人士水中健体训练班

40595856 (NF428)	22/7-7/10	四	16:00-17:00	粉岭游泳池 (训练池)	14+	5	20/5	
------------------	-----------	---	-------------	-------------	-----	---	------	--

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) {公开候补日期}	报名方式
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

第一阶段长者游泳训练班

40594772 (NF354)	12/7-2/8	一,三,五	7:00-8:00	粉岭游泳池 (训练池)	6	27/5-1/6 (9/6) {2/7}	
40594788 (NF370)	13/7-3/8	二,四,六	7:00-8:00	粉岭游泳池 (训练池)	6	27/5-1/6 (9/6) {2/7}	

第二阶段长者游泳训练班

40594773 (NF355)	12/7-2/8	一,三,五	7:00-8:00	粉岭游泳池 (副池)	8	27/5-1/6 (9/6) {2/7}	
------------------	----------	-------	-----------	------------	---	-------------------------	--

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。

40600766 (NW624)	6/7-31/7	二,四,六	8:00-9:00	和兴体育馆	10	@20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
------------------	----------	-------	-----------	-------	----	----------------------------	--

长者社交舞训练班

40600771 (NL629)	8/7-9/9	四	13:00-15:00	天平体育馆	10	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	
40600772 (NL630)	9/7-10/9	五	14:00-16:00	天平体育馆	10	20/5-26/5 (3/6) {28/6}	

活力长者计划-乒乓球同乐

40600769 (NH627)	6/7-29/7	二,四	8:00-10:00	联和墟体育馆	12	6/7-29/7	即场报名
------------------	----------	-----	------------	--------	----	----------	------

40600770 (NR628)	7/7-28/7	三	9:00-11:00	保荣路体育馆	20	7/7-28/7	即场报名
活力长者计划-门球自我锻炼同乐							
40600767 (NW625)	6/7-27/7	二	13:00-15:00	和兴体育馆	7	6/7-27/7	即场报名
40600768 (NW626)	8/7-29/7	四	13:00-15:00	和兴体育馆	7	8/7-29/7	即场报名