

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

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/投表日期 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
长跑训练班									
40601941 (SK649)	6/7-7/9	二	19:00-21:00	将军澳运动场	16+	130	20	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
拯溺铜章训练班									
40591546 (SK195)	9/7-13/9 (10/9)除外	一,五	16:30-18:30	西贡游泳池(主池)	13+	108	12	28/5	☒ i
40591547 (SK196)	7/7-20/8 (18/8)除外	一,三,五	20:00-22:00	将军澳游泳池(主池)	13+	108	12	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
9-17岁捷泳训练班(第一阶段)									
40591583 (SK231)	23/7-23/8	一,五	11:00-12:00	西贡游泳池(习泳池)	9-17	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
9-17岁胸泳训练班(第一阶段)									
40591584 (SK232)	20/7-19/8	二,四	19:30-20:30	西贡游泳池(习泳池)	9-17	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591585 (SK233)	8/7-10/8	二,四	9:00-10:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591586 (SK234)	9/7-11/8	三,五	14:00-15:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
儿童捷泳训练班(第一阶段)									
40591563 (SK212)	23/7-23/8	一,五	10:00-11:00	西贡游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591564 (SK213)	20/7-19/8	二,四	17:00-18:00	西贡游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591565 (SK214)	8/7-10/8	二,四	10:00-11:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591567 (SK216)	9/7-11/8	三,五	14:00-15:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
儿童胸泳训练班(第一阶段)									
40591572 (SK220)	20/7-19/8	二,四	10:00-11:00	西贡游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591573 (SK221)	8/7-10/8	二,四	9:00-10:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591575 (SK223)	9/7-11/8	三,五	9:00-10:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
少年捷泳训练班(第一阶段)									
40591576 (SK224)	8/7-10/8	二,四	10:00-11:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-12	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591577 (SK225)	9/7-11/8	三,五	15:00-16:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-12	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
少年胸泳训练班(第一阶段)									
40591579 (SK227)	20/7-19/8	二,四	11:00-12:00	西贡游泳池(习泳池)	9-12	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591581 (SK229)	9/7-11/8	三,五	9:00-10:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-12	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
成人捷泳训练班(第一阶段)									
40591593 (SK241)	8/7-10/8	二,四	11:00-12:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591595 (SK243)	9/7-11/8	三,五	8:00-9:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591596 (SK244)	9/7-11/8	三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
成人胸泳训练班(第一阶段)									
40591600 (SK248)	8/7-10/8	二,四	8:00-9:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591602 (SK249)	9/7-11/8	三,五	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591603 (SK250)	9/7-11/8	三,五	16:00-17:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591604 (SK251)	9/7-11/8	三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591605 (SK252)	9/7-11/8	三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
9-17岁胸泳训练班(第二阶段)									
40591587 (SK235)	9/7-11/8	三,五	16:00-17:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
儿童捷泳训练班(第二阶段)									
40591569 (SK218)	9/7-11/8	三,五	15:00-16:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
少年捷泳训练班(第二阶段)									
40591578 (SK226)	20/7-19/8	二,四	15:00-16:00	西贡游泳池(习泳池)	9-12	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
成人捷泳训练班(第二阶段)									
40591597 (SK245)	8/7-10/8	二,四	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591598 (SK246)	9/7-11/8	三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
成人胸泳训练班(第二阶段)									
40591606 (SK253)	20/7-19/8	二,四	20:30-21:30	西贡游泳池(习泳池)	18+	100	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
17岁或以下捷泳训练班(第三阶段)									
40591588 (SK236)	20/7-19/8	二,四	17:00-18:00	西贡游泳池(主池)	0-17	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591589 (SK237)	28/7-27/8	三,五	16:00-17:00	将军澳游泳池(主池)	0-17	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒

17岁或以下背泳训练班

40591591 (SK239)	28/7-27/8	三,五	15:00-16:00	将军澳游泳池 (主池)	0-17	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
------------------	-----------	-----	-------------	-------------	------	-----	---	---------------------------	---

17岁或以下胸泳训练班 (第三阶段)

40591590 (SK238)	20/7-19/8	二,四	16:00-17:00	西贡游泳池 (主池)	0-17	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
------------------	-----------	-----	-------------	------------	------	-----	---	---------------------------	---

9-17岁蝶泳训练班

40591592 (SK240)	28/7-27/8	三,五	14:00-15:00	将军澳游泳池 (主池)	9-17	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
------------------	-----------	-----	-------------	-------------	------	-----	---	---------------------------	---

成人捷泳训练班 (第三阶段)

40591599 (SK247)	28/7-27/8	三,五	17:00-18:00	将军澳游泳池 (主池)	18+	100	8	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
------------------	-----------	-----	-------------	-------------	-----	-----	---	---------------------------	---

健美舞训练班

40601842 (SK550)	9/7-9/8 (19/7,2/8)除外	一,三,五	9:00-10:00	宝林体育馆	14+	65	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601843 (SK551)	9/7-9/8 (19/7,2/8)除外	一,三,五	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	65	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601847 (SK555)	20/7-26/8	二,四	19:00-20:00	宝林体育馆	14+	65	12	9/6	📄 i
40601848 (SK556)	20/7-26/8	二,四	20:00-21:00	宝林体育馆	14+	65	12	9/6	📄 i
40601857 (SK565)	22/7-17/8	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	10	11/6	📄 i
40601858 (SK566)	22/7-17/8	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	10	11/6	📄 i
40601909 (SK617)	21/7-27/8	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	6	17/6	📄 i
40601910 (SK618)	21/7-27/8	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	6	17/6	📄 i

儿童舞训练班

40601945 (SK653)	4/7-3/10 (1/8,15/8,22/8,29/8) 除外	日	14:00-16:00	香港单车馆	4-6	60	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
------------------	--	---	-------------	-------	-----	----	----	---------------------------	---

暑期儿童舞训练班

40601869 (SK577)	21/7-25/8 (13/8)除外	三,五	14:00-16:00	调景岭体育馆	4-6	60	10	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601870 (SK578)	21/7-25/8 (13/8)除外	三,五	16:00-18:00	调景岭体育馆	7-11	60	10	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉

中国舞训练班

40601861 (SK569)	14/7-15/9	三	9:00-11:00	翠林体育馆	12+	45	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601872 (SK580)	6/7-7/9	二	13:00-15:00	调景岭体育馆	12+	45	15	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601884 (SK592)	23/7-24/9	五	19:00-21:00	坑口体育馆	12+	45	15	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉

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: 新申请者将获优先取录, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。

40601844 (SK552)	21/7-30/8	一,三	19:00-20:00	宝林体育馆	15+	75	10	@16/6	📄 i
40601845 (SK553)	21/7-30/8	一,三	20:00-21:00	宝林体育馆	15+	75	10	@16/6	📄 i
40601863 (SK571)	26/7-20/8	一,三,五	15:00-16:00	翠林体育馆	15+	75	10	@18/6	📄 i
40601864 (SK572)	26/7-20/8	一,三,五	16:00-17:00	翠林体育馆	15+	75	10	@18/6	📄 i

水中健身训练班

40591538 (SK187)	23/7-23/8	一,三,五	19:30-20:30	西贡游泳池 (习泳池)	14+	80	7	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
40591539 (SK188)	23/7-23/8	一,三,五	20:30-21:30	西贡游泳池 (习泳池)	14+	80	7	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
40591540 (SK189)	8/7-24/8	二,四	19:30-20:30	将军澳游泳池 (习泳池)	14+	80	15	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉
40591541 (SK190)	8/7-24/8	二,四	20:30-21:30	将军澳游泳池 (习泳池)	14+	80	15	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	✉

爵士舞训练班

40601877 (SK585)	20/7-19/8	二,四	19:00-21:00	调景岭体育馆	12+	70	15	2/6	📄 i
------------------	-----------	-----	-------------	--------	-----	----	----	-----	-----

社交舞训练班

40601859 (SK567)	24/7-25/9	六	14:00-16:00	翠林体育馆	14+	86	12	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601881 (SK589)	16/7-24/9 (13/8)除外	五	19:00-21:00	调景岭体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601885 (SK593)	14/7-15/9	三	19:00-21:00	坑口体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601886 (SK594)	18/7-26/9 (1/8)除外	日	9:00-11:00	坑口体育馆	14+	86	16	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601953 (SK661)	17/7-9/10 (14/8,21/8,28/8)除外	六	16:00-18:00	香港单车馆	14+	86	16	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601954 (SK662)	9/7-8/10 (13/8,20/8,27/8,1/10) 除外	五	19:00-21:00	香港单车馆	14+	86	16	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉

中级社交舞训练班

40601860 (SK568)	24/7-25/9	六	16:00-18:00	翠林体育馆	14+	86	12	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
------------------	-----------	---	-------------	-------	-----	----	----	---------------------------	---

西方土风舞训练班

40601889 (SK597)	18/7-26/9 (1/8)除外	日	16:00-18:00	坑口体育馆	8+	45	15	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
------------------	-------------------	---	-------------	-------	----	----	----	---------------------------	---

暑期武术训练班

40601956 (SK664)	4/7-26/9 (1/8,15/8,22/8,29/8) 除外	日	16:00-18:00	香港单车馆	6-14	86	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
------------------	--	---	-------------	-------	------	----	----	---------------------------	---

普及健身运动-暑期儿童健身训练班

40601951 (SK659)	3/7-11/9 (14/8,21/8,28/8)除外	六	9:00-10:30	香港单车馆	8-14	75	20	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
------------------	--------------------------------	---	------------	-------	------	----	----	---------------------------	---

正确使用健身室设施简介

40601891 (SK599)	6/7	二	19:00-22:00	坑口体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601892 (SK600)	6/7	二	20:00-23:00	坑口体育馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉

40601947 (SK655)	8/7	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601948 (SK656)	8/7	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601949 (SK657)	15/7	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601950 (SK658)	15/7	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
羽毛球训练班									
40601855 (SK563)	15/7-17/8	二,四	8:00-10:00	翠林体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601856 (SK564)	21/7-20/8	三,五	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601866 (SK574)	15/7-17/8	二,四	15:00-17:00	翠林体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601867 (SK575)	7/7-8/9	三	10:00-12:00	调景岭体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601868 (SK576)	20/7-19/8	二,四	9:00-11:00	调景岭体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601883 (SK591)	17/7-18/9	六	8:00-10:00	坑口体育馆	7+	118	12	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
场地单车体验日									
40601960 (SK668)	3/7	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	20	27/5	📄 i
40601965 (SK673)	17/7	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	20	7/6	📄 i
40601967 (SK675)	31/7	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	20	17/6	📄 i
场地单车训练班 (第二阶段)									
40601957 (SK665)	13/7	二	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	4/6	📄 i
40601958 (SK666)	27/7	二	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	10/6	📄 i
场地单车训练班 (第三阶段)									
40601959 (SK667)	29/7	四	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	20	11/6	📄 i
草地滚球同乐日									
40601942 (SK650)	3/7	六	14:00-18:00	坑口文曲里公园	8+	免费	18	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
壁球训练班									
40601912 (SK620)	6/7-29/7	二,四	19:00-21:00	西贡壁球场	7+	160	6	28/5	📄 i
暑期儿童壁球训练班									
40601913 (SK621)	19/7-12/8	一,四	9:00-11:00	西贡壁球场	6-13	160	6	8/6	📄 i
暑期壁球训练班									
40601840 (SK548)	7/7-30/7	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	6	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
乒乓球训练班									
40601887 (SK595)	13/7-14/9	二	19:00-21:00	坑口体育馆	6+	86	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601914 (SK622)	11/7-19/9 (1/8)除外	日	10:00-12:00	西贡壁球场	6+	86	6	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601915 (SK623)	17/7-18/9	六	10:00-12:00	西贡壁球场	6+	86	6	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601955 (SK663)	4/7-3/10 (1/8,15/8,22/8,29/8) 除外	日	10:00-12:00	香港单车馆	6+	86	12	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
儿童乒乓球训练班									
40601871 (SK579)	18/7-3/10 (1,15/8)除外	日	9:00-11:00	调景岭体育馆	6-13	86	10	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
暑期乒乓球训练班									
40601888 (SK596)	12/7-11/8	一,三	16:00-18:00	坑口体育馆	6+	86	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
暑期儿童乒乓球训练班									
40601916 (SK624)	20/7-19/8	二,四	14:00-16:00	西贡壁球场	6-13	86	6	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601917 (SK625)	21/7-20/8	三,五	9:00-11:00	西贡壁球场	6-13	86	6	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
网球训练班									
40601897 (SK605)	7/7-8/9	三	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601898 (SK606)	8/7-9/8	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601899 (SK607)	7/7-9/8	一,三	9:00-11:00	宝翠公园	8+	170	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601900 (SK608)	10/7-11/9	六	16:00-18:00	宝翠公园	8+	170	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601901 (SK609)	6/7-5/8	二,四	17:00-19:00	宝翠公园	8+	170	9	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601903 (SK611)	12/7-2/8	一,三,五	15:00-17:00	宝翠公园	8+	170	9	3/6	📄 i
40601918 (SK626)	29/7-30/8	一,四	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	6	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
40601919 (SK627)	13/7-14/9	二	17:00-19:00	西贡网球场	8+	170	6	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601920 (SK628)	14/7-15/9	三	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	6	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
40601921 (SK629)	10/7-11/9	六	9:00-11:00	西贡网球场	8+	170	6	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉
棒球训练班									
40601894 (SK602)	6/7-7/9	二	18:00-20:00	宝翠公园(人造草场)	6-17	64	15	26/5	📄 i
暑期篮球训练班									
40601922 (SK630)	21/7-20/8	三,五	12:00-14:00	坑口体育馆	10+	75	15	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	✉
曲棍球训练班									
40601896 (SK604)	11/7-12/9	日	16:00-18:00	宝翠公园(人造草场)	8-15	40	12	28/5	📄 i
暑期排球训练班									
40601923 (SK631)	3/7-4/9	六	15:00-17:00	翠林体育馆	10+	70	15	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	✉

西贡区独木舟一星章训练班									
40601936 (SK644)	17/7	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
西贡区独木舟三星章训练班									
40601938 (SK646)	25/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
西贡区独木舟二星章训练班									
40601937 (SK645)	18/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
运动攀登训练班									
40601882 (SK590)	4/7-11/7	日	12:00-18:00	调景岭体育馆	12+	40	4	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
西贡区初级滑浪风帆训练班									
40601928 (SK636)	17/7-18/7	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	130	5	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
西贡区初级龙舟训练班									
40601931 (SK639)	17/7	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
40601932 (SK640)	18/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
40601933 (SK641)	25/7	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
幼儿水上安全班									
40591558 (SK207)	23/7-23/8	一,五	9:00-10:00	西贡游泳池 (习泳池)	0-4	100	3	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591560 (SK209)	20/7-19/8	二,四	16:00-17:00	西贡游泳池 (习泳池)	0-4	100	3	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591562 (SK211)	9/7-11/8	三,五	10:00-11:00	将军澳游泳池 (习泳池)	0-4	100	7	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
社区园圃计划									
40593410 (SK353)	18/7-20/11	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	毓雅里社区园圃	12+	400	19	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
40593412 (SK354)	18/7-20/11	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	毓雅里社区园圃	12+	400	19	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
40593440 (SK372)	17/7-19/11	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	常宁游乐场社区园圃	12+	400	17	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒

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法 (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。

肢体伤残人士身心伸展训练班

40596602 (SK0500)	20/7-24/8	二	15:00-17:00	调景岭体育馆	15+	8	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
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者游泳训练班 (第一阶段)

40591608 (SK254)	23/7-23/8	一,五	8:00-9:00	西贡游泳池 (习泳池)	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591609 (SK255)	20/7-19/8	二,四	8:00-9:00	西贡游泳池 (习泳池)	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591610 (SK256)	9/7-11/8	三,五	8:00-9:00	将军澳游泳池 (习泳池)	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒

长者游泳训练班 (第二阶段)

40591611 (SK257)	20/7-19/8	二,四	9:00-10:00	西贡游泳池 (习泳池)	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒
40591613 (SK258)	8/7-10/8	二,四	8:00-9:00	将军澳游泳池 (习泳池)	6	24/5-30/5 (4/6) {25/6}	☒

康体汇叙 - 长者徒手健体操

40601939 (SK647)	16/7-6/8	五	8:00-10:00	翠林体育馆	10	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
------------------	----------	---	------------	-------	----	---------------------------	---

长者徒手健体训练班

40601850 (SK558)	30/7-15/9	三,五	7:00-8:00	宝林体育馆	10	20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
40601875 (SK583)	13/7-12/8	二,四,六	8:00-9:00	调景岭体育馆	15	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒
40601876 (SK584)	13/7-12/8	二,四,六	9:00-10:00	调景岭体育馆	15	20/5-26/5 (4/6) {24/6}	☒

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期的申请者, 均视作「新申请者」, 可享优先报名权。

不合格期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。

40601849 (SK557)	20/7-26/8	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	10	@20/5-26/5 (4/6) {29/6}	☒
------------------	-----------	-----	-----------	-------	----	----------------------------	---

活力长者计划 - 草地滚球自习

40601943 (SK651)	6/7-27/7	二	8:00-9:00	坑口文曲里公园	12	6/7-27/7	即场报名
40601944 (SK652)	6/7-27/7	二	9:00-10:00	坑口文曲里公园	12	6/7-27/7	即场报名