

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年8月份康乐体育活动一览表

离岛区

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) (公开候补日期)	报名方式
儿童/少年/青年捷泳训练班 (第一阶段)									
40598317 (IS0540)	2/8-23/8	一,三,五	13:00-14:00	东涌游泳池	5-17	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童/少年/青年胸泳训练班 (第一阶段)									
40598315 (IS0538)	2/8-23/8	一,三,五	11:00-12:00	东涌游泳池	5-17	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童捷泳训练班 (第一阶段)									
40598320 (IS0543)	2/8-23/8	一,三,五	9:00-10:00	东涌游泳池	5-8	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
幼儿水上安全班									
40598308 (IS0531)	2/8-23/8	一,三,五	10:00-11:00	东涌游泳池	0-4	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
成人捷泳训练班 (第二阶段)									
40598312 (IS0535)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
40598330 (IS0553)	5/8-7/9	二,四	9:00-10:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
成人胸泳训练班 (第二阶段)									
40598310 (IS0533)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
40598329 (IS0552)	5/8-7/9	二,四	8:00-9:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童/少年/青年捷泳训练班 (第二阶段)									
40598318 (IS0541)	2/8-23/8	一,三,五	15:00-16:00	东涌游泳池	5-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童/少年/青年胸泳训练班 (第二阶段)									
40598316 (IS0539)	2/8-23/8	一,三,五	14:00-15:00	东涌游泳池	5-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童胸泳训练班 (第一阶段)									
40598319 (IS0542)	2/8-23/8	一,三,五	8:00-9:00	东涌游泳池	5-8	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
成人背泳训练班									
40598309 (IS0532)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	东涌游泳池	18+	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
成人胸泳训练班 (第三阶段)									
40598311 (IS0534)	2/8-23/8	一,三,五	8:00-9:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
成人蝶泳训练班									
40598313 (IS0536)	2/8-23/8	一,三,五	9:00-10:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
40598314 (IS0537)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	东涌游泳池	18+	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
捷泳训练班 (第三阶段) (17-)									
40598325 (IS0548)	2/8-23/8	一,三,五	13:00-14:00	东涌游泳池	0-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
40598326 (IS0549)	2/8-23/8	一,三,五	16:00-17:00	东涌游泳池	0-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
背泳训练班 (17-)									
40598323 (IS0546)	2/8-23/8	一,三,五	17:00-18:00	东涌游泳池	0-17	100	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
胸泳训练班 (第三阶段) (17-)									
40598324 (IS0547)	2/8-23/8	一,三,五	15:00-16:00	东涌游泳池	0-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
蝶泳训练班 (9-17)									
40598327 (IS0550)	2/8-23/8	一,三,五	14:00-15:00	东涌游泳池	9-17	100	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	☒
健美舞训练班									
40600990 (IS1555)	17/8-28/9 (21/9)除外	二,四	19:00-20:00	东涌文东路体育馆	14+	65	15	19/7	☒ i
40600991 (IS1556)	17/8-28/9 (21/9)除外	二,四	20:00-21:00	东涌文东路体育馆	14+	65	15	19/7	☒ i
40601002 (IS0293)	8/8-24/10	日	9:00-10:00	梅窝体育馆	14+	65	15	2/7	☒ i
器械健美训练班									
@ 从未参加过器械健美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美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美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。									
40600962 (IS1123)	13/8-8/9	一,三,五	19:00-20:00	长洲体育馆	15+	75	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	☒
40600963 (IS1124)	13/8-8/9	一,三,五	20:00-21:00	长洲体育馆	15+	75	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	☒
40600964 (IS1125)	13/8-8/9	一,三,五	21:00-22:00	长洲体育馆	15+	75	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	☒
40601016 (IS0307)	16/8-30/9 (20/9,27/9)除外	一,四	21:00-22:00	坪洲体育馆	15+	75	15	@16/7	☒ i
40601018 (IS0309)	(23/8,13/9,22/9,27/9,11/10) 除外	一,三	11:00-12:00	梅窝体育馆	15+	75	15	@19/7	☒ i
爵士舞训练班									

40600960 (IS1121)	12/8-21/10 (14/10)除外	四	19:15-21:15	海傍街体育馆	12+	70	10	12/7	
40601004 (IS0295)	8/8-10/10	日	10:00-12:00	梅窝体育馆	12+	70	15	2/7	
社交舞训练班									
40600959 (IS1120)	12/8-18/9 (4/9,11/9)除外	四,六	19:45-21:45	长洲体育馆	14+	86	16	12/7	
40600987 (IS1552)	7/8-9/10	六	9:00-11:00	东涌文东路体育馆	14+	86	15	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
正确使用健身室设施简介									
40600957 (IS1118)	8/8	日	9:00-12:00	长洲体育馆	15+	免费	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
40600986 (IS1551)	6/8	五	10:00-13:00	东涌文东路体育馆	15+	免费	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
40601010 (IS0301)	8/8	日	14:00-17:00	坪洲体育馆	15+	免费	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
40601015 (IS0306)	15/8	日	14:00-17:00	梅窝体育馆	15+	免费	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
正确使用健身室设施简介(英语授课)									
40600989 (IS1554)	15/8	日	19:00-22:00	东涌文东路体育馆	15+	免费	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
压力处理及松弛技巧训练班									
40601003 (IS0294)	8/8-7/11	日	12:00-13:00	梅窝体育馆	14+	80	15	2/7	
身心伸展训练班									
40600965 (IS1126)	15/8-31/10	日	12:00-13:00	长洲体育馆	15+	85	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
40600966 (IS1127)	15/8-31/10	日	13:00-14:00	长洲体育馆	15+	85	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
40601011 (IS0302)	25/8-17/11 (22/9)除外	三	19:10-20:10	坪洲体育馆	15+	85	12	12/7	
40601012 (IS0303)	25/8-17/11 (22/9)除外	三	20:10-21:10	坪洲体育馆	15+	85	12	12/7	
羽毛球训练班									
40601009 (IS0300)	7/8-23/10 (18/9,25/9)除外	六	18:00-20:00	坪洲体育馆	7+	118	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
乒乓球同乐日									
40600956 (IS0138)	14/8	六	10:00-12:00	愉景湾社区会堂	6+	免费	12	13/7	
乒乓球训练班									
40600998 (IS1563)	27/8-5/11 (1/10)除外	五	20:00-22:00	东涌文东路体育馆	14+	86	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
儿童乒乓球训练班									
40601001 (IS1565)	28/8-30/10	六	11:00-13:00	东涌文东路体育馆	6-13	86	12	30/7	
网球训练班									
40601025 (IS0975)	14/8-16/10	六	9:00-11:00	东涌富东村网球场	8+	170	6	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	
五人足球同乐日									
40601020 (IS0311)	27/8	五	20:15-21:45	坪洲体育馆	6+	免费	15	27/8	
40600971 (IS1132)	23/8	一	14:00-15:30	长洲体育馆	6+	免费	10	23/7	
40600972 (IS1133)	23/8	一	15:30-17:00	长洲体育馆	6+	免费	10	23/7	
足球同乐日									
40601027 (IS0977)	29/8	日	16:00-18:00	东涌道足球场	6+	免费	15	29/8	即场报名
排球同乐日									
40600995 (IS1560)	22/8	日	15:00-17:00	东涌文东路体育馆	10+	免费	10	22/8	即场报名
沙滩排球同乐日									
40600952 (IS0041)	14/8	六	14:00-18:00	银矿湾沙滩	10+	免费	60	14/8	即场报名
一星独木舟训练班									
40600978 (IS1266)	8/8	日	9:00-17:00	东涌独木舟会	12+	30	8	12/7	
三星独木舟训练班									
40600982 (IS1270)	22/8	日	9:00-17:00	东涌独木舟会	12+	30	8	23/7	
二星独木舟训练班									
40600981 (IS1269)	15/8	日	9:00-17:00	东涌独木舟会	12+	30	8	16/7	
园艺讲座 - 本草食物宜忌									
40601026 (IS0976)	26/8	四	15:30-17:30	东涌北公园活动室	6+	30	12	26/7	
园艺讲座 - 食用香草栽种									
40601024 (IS0974)	5/8	四	10:30-12:30	东涌北公园活动室	6+	30	12	5/7	

残疾人士活动编号

(班号)

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。

肢体伤残人士高尔夫球同乐日

40593529 (IS0126) 22/8 日 11:00-13:00 屯门康乐体育中心 不限 4 13/7

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)							
40598321 (IS0544)	2/8-23/8	一,三,五	7:00-8:00	东涌游泳池	8	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	✉
长者游泳训练班 (第二阶段)							
40598331 (IS0554)	5/8-7/9	二,四	7:00-8:00	东涌游泳池	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	✉
长者游泳训练班 (第三阶段)							
40598322 (IS0545)	2/8-23/8	一,三,五	7:00-8:00	东涌游泳池	10	22/6-28/6 (7/7) {28/7}	✉
长者器械健体训练班							
<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: 新申请者将获优先取录, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>							
40600974 (IS1134)	24/8-30/9	二,四	8:00-9:00	长洲体育馆	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉
40600975 (IS1135)	24/8-30/9	二,四	9:00-10:00	长洲体育馆	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉
40600976 (IS1136)	24/8-30/9	二,四	10:00-11:00	长洲体育馆	10	@24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉
长者康体汇叙 - 太极							
40601006 (IS0297)	5/8-26/8	四	9:30-10:30	梅窝体育馆	20	5/8-26/8	即场报名
40601019 (IS0310)	7/8-28/8	六	9:30-10:30	梅窝体育馆	20	7/8-28/8	即场报名
长者室内短垫滚球训练班							
40600997 (IS1562)	24/8-12/10	二	13:30-15:30	东涌文东路体育馆	8	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉
长者室内门球训练班							
40600996 (IS1561)	24/8-12/10	二	10:00-12:00	东涌文东路体育馆	7	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉
活力长者计划 - 羽毛球							
40601008 (IS0299)	6/8-27/8	五	10:00-12:00	坪洲体育馆	12	6/8-27/8	即场报名
活力长者计划 - 乒乓球同乐							
40600983 (IS1548)	4/8-25/8	三	10:00-11:00	东涌文东路体育馆	12	5/7	☎ i
40600984 (IS1549)	4/8-25/8	三	11:00-12:00	东涌文东路体育馆	12	5/7	☎ i
40601005 (IS0296)	4/8-25/8	三	13:00-15:00	坪洲体育馆	12	4/8-25/8	即场报名
长者乒乓球训练班							
40600961 (IS1122)	13/8-22/10 (1/10)除外	五	9:00-11:00	海傍街体育馆	12	24/6-30/6 (8/7) {29/7}	✉