


















































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

屯门区

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
拯溺钢草训练班									
40591711	20/8-6/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	20:00-22:00	屯门游泳池	13+	108	12	7/7	 
儿童捷泳训练班(第一阶段)									
40591723 (TMSC10)	2/8-23/8	一,三,五	10:00-11:00	屯门游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591728 (TMSC14)	2/8-23/8	一,三,五	15:00-16:00	屯门游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591743 (TMSC16)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	屯门游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
儿童捷泳训练班(第二阶段)									
40591738 (TMSC15)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	屯门游泳池	5-8	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
儿童胸泳训练班(第一阶段)									
40591720 (TMSC09)	2/8-23/8	一,三,五	9:00-10:00	屯门游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591724 (TMSC24)	2/8-23/8	一,三,五	11:00-12:00	屯门游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591737 (TMSC24)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	屯门西北游泳池	5-8	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
少年捷泳训练班(第一阶段)									
40591719 (TMSJ08)	2/8-23/8	一,三,五	9:00-10:00	屯门游泳池	9-12	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
少年胸泳训练班(第一阶段)									
40591722 (TMSJ09)	2/8-23/8	一,三,五	10:00-11:00	屯门游泳池	9-12	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591741 (TMSJ11)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	屯门游泳池	9-12	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
成人捷泳训练班(第一阶段)									
40591712 (TMSA36)	2/8-23/8	一,三,五	7:00-8:00	屯门西北游泳池	18+	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591735 (TMSA37)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	屯门西北游泳池	18+	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591742 (TMSA22)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	屯门游泳池	18+	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
成人胸泳训练班(第一阶段)									
40591714 (TMSA20)	2/8-23/8	一,三,五	8:00-9:00	屯门游泳池	18+	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
少年胸泳训练班(第二阶段)									
40591718 (TMSJ19)	2/8-23/8	一,三,五	9:00-10:00	屯门西北游泳池	9-12	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
成人捷泳训练班(第二阶段)									
40591736 (TMSA21)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	屯门游泳池	18+	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
40591740 (TMSA38)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	屯门西北游泳池	18+	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
成人胸泳训练班(第三阶段)									
40591739 (TMSA39)	2/8-23/8	一,三,五	20:30-21:30	屯门西北游泳池	18+	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
育泳训练班									
40591715 (TMSW07)	2/8-23/8	一,三,五	8:00-9:00	屯门游泳池	9+	100	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	
健美舞训练班									
40591756	5/8-13/9	一,四	19:00-20:00	大兴体育馆	14+	65	8	25/6-2/7 (8/7){26/7}	
40591757	5/8-13/9	一,四	20:00-21:00	大兴体育馆	14+	65	8	25/6-2/7 (8/7){26/7}	
40591758	9/8-10/9 (13/8,20/8,27/8)除外	一,三,五	18:00-19:00	兆麟体育馆	14+	65	15	8/7	 
40591759	9/8-10/9 (13/8,20/8,27/8)除外	一,三,五	19:00-20:00	兆麟体育馆	14+	65	15	8/7	 
40591760	19/8-28/9	二,四	8:00-9:00	兆麟体育馆	14+	65	15	9/7	 
40591761	19/8-28/9	二,四	9:00-10:00	兆麟体育馆	14+	65	15	9/7	 
40591762	25/8-8/10 (22/9,1/10)除外	三,五	9:00-10:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	14+	65	10	12/7	 
40591763	25/8-8/10 (22/9,1/10)除外	三,五	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	14+	65	10	12/7	 
儿童舞训练班									
40591770	4/8-3/9 (11/8,13/8,16/8,18/8)除外	一,三,五	14:00-16:00	屯门游泳池壁球场	4-11	60	7	6/7	 
40591771	7/8-9/10	六	12:00-14:00	大兴体育馆	4-11	60	10	6/7	 
器械健身训练班									
<p>① 从未参加过器械健身训练班或已届满不合资格期的申请者,均视作「新申请者」,可享优先报名权。 不合资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,其不合资格期将由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。</p>									
40591774	3/8-28/8	二,四,六	8:00-9:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	10	@6/7	 
40591775	3/8-28/8	二,四,六	9:00-10:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	10	@6/7	 
40591776	10/8-16/9	二,四	20:00-21:00	大兴体育馆	15+	75	10	@6/7	 
40591777	10/8-16/9	二,四	21:00-22:00	大兴体育馆	15+	75	10	@6/7	 
40591778	11/8-20/9	一,三	18:00-19:00	大兴体育馆	15+	75	10	@5/7	 

40591779	11/8-20/9	一,三	19:00-20:00	大兴体育馆	15+	75	10	@5/7	☰ i	
40591782	25/8-24/9 (13/9,22/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	大兴体育馆	15+	75	10	@14/7	☰ i	
40591783	25/8-24/9 (13/9,22/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	大兴体育馆	15+	75	10	@14/7	☰ i	
水中健体训练班										
40591784	2/8-1/9	一,三,五	7:00-8:00	屯门西北游泳池	14+	80	15	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591785	2/8-1/9	一,三,五	8:00-9:00	屯门西北游泳池	14+	80	15	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591786	2/8-1/9	一,三,五	16:00-17:00	屯门游泳池	14+	80	15	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591787	2/8-1/9	一,三,五	17:00-18:00	屯门游泳池	14+	80	15	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
爵士舞训练班										
40591789	29/8-7/11 (5/9)除外	日	10:00-12:00	良田体育馆	12+	70	10	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
简易太极班										
40591797	6/8-13/9	一,五	6:30-7:30	青华足球场	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591800	6/8-13/9	一,五	6:30-7:30	青田游乐场足球场	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591801	2/8-8/9	一,三	6:30-7:30	屯门公园(多用途球场)	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591802	6/8-13/9	一,五	7:00-8:00	湖山游乐场(屯门交通安全城)	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591803	2/8-8/9	一,三	17:30-18:30	屯门公园(多用途球场)	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591806	3/8-9/9	二,四	6:30-7:30	屯门公园(多用途球场)	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591807	10/8-16/9	二,四	7:30-8:30	岭南游乐场	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591808	6/8-13/9	一,五	6:30-7:30	新和里游乐场	6+	54	15	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
正确使用健身室设施简介										
40591810	3/8	二	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591811	6/8	五	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	10	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591812	8/8	日	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	10	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591813	9/8	一	19:00-22:00	兆麟体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591814	16/8	一	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591815	17/8	二	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591816	24/8	二	13:00-16:00	兆麟体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
40591818	30/8	一	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
身心伸展训练班										
40591766	4/8-27/10 (22/9)除外	三	20:00-21:00	兆麟体育馆	15+	85	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591767	4/8-27/10 (22/9)除外	三	21:00-22:00	兆麟体育馆	15+	85	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591768	12/8-21/9	二,四	19:00-20:00	良田体育馆	15+	85	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
40591769	12/8-21/9	二,四	20:00-21:00	良田体育馆	15+	85	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
箭艺训练班										
40591819	21/8-23/10	六	10:30-12:30	射箭场(屯门康乐体育中心)	6+	70	6	2/7	☰ i	
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日										
40591846	8/8	日	9:00-10:00	兆麟体育馆	7+	免费	12	7/7	☒	
40591847	8/8	日	10:00-11:00	兆麟体育馆	7+	免费	12	7/7	☒	
40591848	8/8	日	11:00-12:00	兆麟体育馆	7+	免费	12	7/7	☒	
成人羽毛球训练班										
40591820	4/8-8/9 (6/9)除外	一,三	19:00-21:00	良田体育馆	18+	118	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
亲子(7-17岁)羽毛球训练班										
40591821	14/8-25/9 (28/8)除外	六	14:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	7+	73	12	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
草地滚球同乐日										
40591840	8/8	日	14:00-15:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	12/7	☰ i	
40591841	8/8	日	15:00-16:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	12/7	☰ i	
40591842	8/8	日	16:00-17:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	12/7	☰ i	
40591843	22/8	日	14:00-15:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	14/7	☰ i	
40591844	22/8	日	15:00-16:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	14/7	☰ i	
40591845	22/8	日	16:00-17:00	湖山草地滚球场	8+	免费	24	14/7	☰ i	
草地滚球训练班										
40591822	3/8-27/8	二,五	20:00-22:00	湖山草地滚球场	8+	54	6	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
小型网球训练班										
40591823	21/8-6/11 (18/9,25/9)除外	六	14:00-16:00	大兴体育馆	6-12	70	8	25/6-2/7 (8/7){26/7}	☒	
壁球训练班										
40591826	17/8-23/9 (19/8,24/8,31/8,2/9) 除外	二,四	19:30-21:30	屯门游泳池壁球场	7+	160	6	15/7	☰ i	
乒乓球训练班										
40591828	5/8-7/10	四	19:00-21:00	兆麟体育馆	14+	86	12	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
儿童乒乓球训练班										
40591827	5/8-7/10	四	17:00-19:00	兆麟体育馆	6-13	86	10	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒	
网球同乐日										
40591849	7/8	六	15:00-16:00	湖山网球场	8+	免费	6	5/7	☰ i	
40591850	7/8	六	16:00-17:00	湖山网球场	8+	免费	6	5/7	☰ i	
40591851	7/8	六	17:00-18:00	湖山网球场	8+	免费	6	5/7	☰ i	

儿童网球训练班

40591831	8/8-10/10	日	9:00-11:00	湖山网球场	8-11	170	6	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
----------	-----------	---	------------	-------	------	-----	---	---------------------------	---

成人网球训练班

40591829	3/8-3/9	二,五	20:00-22:00	湖山网球场	18+	170	6	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
40591830	7/8-9/10	六	20:00-22:00	湖山网球场	18+	170	6	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
40591833	18/8-17/9	三,五	20:00-22:00	屯门邓肇坚运动场网球场	18+	170	9	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
40591835	20/8-21/9	二,五	19:00-21:00	青善游乐场	18+	170	9	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
40591838	26/8-27/9	一,四	20:00-22:00	青善游乐场	18+	170	9	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒

网球训练班

40591832	8/8-10/10	日	16:00-18:00	湖山网球场	12+	170	6	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
40591836	26/8-27/9	一,四	9:00-11:00	青善游乐场	8+	170	9	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒

中级网球训练班

40591837	26/8-27/9	一,四	19:00-21:00	屯门邓肇坚运动场网球场	8+	170	9	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
----------	-----------	-----	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

幼儿水上安全班

40591729 (TMSB07)	2/8-23/8	一,三,五	16:00-17:00	屯门游泳池	0-4	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒
40591730 (TMSB08)	2/8-23/8	一,三,五	17:00-18:00	屯门游泳池	0-4	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒
40591731 (TMSB09)	2/8-23/8	一,三,五	19:30-20:30	屯门游泳池	0-4	100	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒

手工艺同乐

40591887	14/8	六	14:00-15:30	屯门游泳池壁球场	不限	免费	15	13/7	☒ i
40591888	14/8	六	15:30-17:00	屯门游泳池壁球场	不限	免费	15	13/7	☒ i

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。

长期病患者身心伸展训练计划

40599467	2/8-23/8	一	15:00-17:00	大兴体育馆	14+	2	21/6	☒ i
----------	----------	---	-------------	-------	-----	---	------	-----

精神病康復者毛巾操同乐日

40599476	17/8	二	13:00-15:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	14+	2	21/6	☒ i
----------	------	---	-------------	-------------	-----	---	------	-----

精神病康復者室内短垫滚球同乐日

40599326	24/8	二	15:00-17:00	良田体育馆	8+	2	21/6	☒ i
----------	------	---	-------------	-------	----	---	------	-----

智障人士健体同乐日

40599304	14/8	六	10:00-12:00	屯门青善街32号戴东培社会服务大楼5-8楼	14+	2	21/6	☒ i
40599339	19/8	四	9:30-11:30	屯门蝴蝶村蝶意楼地下	14+	2	21/6	☒ i

智障人士乒乓球训练计划

40599494	10/8-31/8	二	19:00-21:00	良田体育馆	6+	2	21/6	☒ i
----------	-----------	---	-------------	-------	----	---	------	-----

肢体伤残人士室内短垫滚球同乐日

40599305	21/8	六	15:00-17:00	良田体育馆	8+	2	21/6	☒ i
40599392	3/8	二	10:00-12:00	良田体育馆	8+	2	21/6	☒ i

残疾人士徒手健体训练计划

40599500	5/8-26/8	四	14:00-16:00	良田体育馆	14+	2	21/6	☒ i
----------	----------	---	-------------	-------	-----	---	------	-----

残疾人士羽毛球训练计划

40599499	2/8-23/8	一	14:00-16:00	良田体育馆	18+	2	21/6	☒ 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) (公开候补日期)	报名方式
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者游泳训练班(第一阶段)

40591857 (TMSE11)	2/8-23/8	一,三,五	7:00-8:00	屯门游泳池	8	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒
-------------------	----------	-------	-----------	-------	---	----------------------------	---

长者游泳训练班(第二阶段)

40591858 (TMSE12)	2/8-23/8	一,三,五	7:00-8:00	屯门游泳池	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒
40591861 (TMSE24)	2/8-23/8	一,三,五	8:00-9:00	屯门西北游泳池	10	18/6-25/6 (29/6) {22/7}	☒

长者健体训练班

40591864	14/8-14/9	二,四,六	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	10	18/6-24/6 (2/7) {19/7}	☒
----------	-----------	-------	-------------	-------------	----	---------------------------	---

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。

40591865	3/8-28/8	二,四,六	7:00-8:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	10	@25/6-2/7 (8/7) {26/7}	☒
40591866	17/8-11/9	二,四,六	14:00-15:00	大兴体育馆	10	@25/6-2/7 (8/7) {26/7}	☒
40591867	17/8-11/9	二,四,六	15:00-16:00	大兴体育馆	10	@25/6-2/7 (8/7) {26/7}	☒
40591869	25/8-24/9 (13/9,22/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	大兴体育馆	10	@25/6-2/7 (8/7) {26/7}	☒

活力长者计划-棋乒乐无穷

40591879	5/8-26/8	四	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/8-26/8	即场报名
40591880	5/8-26/8	四	11:00-12:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/8-26/8	即场报名
40591881	5/8-26/8	四	12:00-13:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/8-26/8	即场报名
40591882	6/8-27/8	五	13:00-14:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	6/8-27/8	即场报名
40591883	6/8-27/8	五	14:00-15:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	6/8-27/8	即场报名
40591884	6/8-27/8	五	15:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	6/8-27/8	即场报名

活力长者计划-羽毛球球同乐

40591870	2/8-30/8	一	7:00-8:00	兆麟体育馆	12	2/8-30/8	即场报名
40591871	2/8-30/8	一	8:00-9:00	兆麟体育馆	12	2/8-30/8	即场报名
40591872	2/8-30/8	一	9:00-10:00	兆麟体育馆	12	2/8-30/8	即场报名

活力长者计划-羽毛球自习计划

40591873	2/8-30/8	一	8:00-9:00	良田体育馆	12	2/8-30/8	即场报名
40591874	2/8-30/8	一	9:00-10:00	良田体育馆	12	2/8-30/8	即场报名
40591875	2/8-30/8	一	10:00-11:00	良田体育馆	12	2/8-30/8	即场报名