


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

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 (抽籤日期) (公开候补日期)	报名方式
9-17岁捷泳训练班(第一阶段)									
40591624 (SK269)	12/8-27/8	二,三,四,五	17:00-18:00	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童捷泳训练班(第一阶段)									
40591617 (SK262)	12/8-27/8	二,三,四,五	16:00-17:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童胸泳训练班(第一阶段)									
40591618 (SK263)	12/8-27/8	二,三,四,五	14:00-15:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
成人捷泳训练班(第一阶段)									
40591625 (SK270)	26/8-28/9	二,四	20:30-21:30	西贡游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
40591626 (SK271)	13/8-3/9	一,三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
40591627 (SK272)	13/8-3/9	一,三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
成人胸泳训练班(第一阶段)									
40591628 (SK273)	13/8-3/9	一,三,五	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
40591629 (SK274)	13/8-3/9	一,三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
儿童胸泳训练班(第二阶段)									
40591619 (SK264)	12/8-27/8	二,三,四,五	15:00-16:00	将军澳游泳池(习泳池)	5-8	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
成人胸泳训练班(第二阶段)									
40591630 (SK275)	13/8-3/9	一,三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
成人胸泳训练班(第三阶段)									
40591631 (SK276)	26/8-28/9	二,四	19:30-20:30	西贡游泳池(主池)	18+	100	8	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
健体舞训练班									
40604290 (SK736)	23/8-24/9 (6/9,20/9,22/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	宝林体育馆	14+	65	12	18/6-24/6 (7/7){4/8}	☒
40604292 (SK737)	23/8-24/9 (6/9,20/9,22/9)除外	一,三,五	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	65	12	18/6-24/6 (7/7){4/8}	☒
40604301 (SK745)	24/8-18/9	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	10	14/7	☒ i
40604302 (SK746)	24/8-18/9	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	10	14/7	☒ i
40604303 (SK747)	11/8-17/9	三,五	19:00-20:00	翠林体育馆	14+	65	10	5/7	☒ i
40604304 (SK748)	11/8-17/9	三,五	20:00-21:00	翠林体育馆	14+	65	10	5/7	☒ i
40604313 (SK756)	21/8-6/11	六	14:00-15:00	调景岭体育馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7){4/8}	☒
40604314 (SK757)	21/8-6/11	六	15:00-16:00	调景岭体育馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7){4/8}	☒
40604332 (SK770)	17/8-23/9	二,四	14:00-15:00	坑口体育馆	14+	65	15	7/7	☒ i
40604333 (SK771)	17/8-23/9	二,四	15:00-16:00	坑口体育馆	14+	65	15	7/7	☒ i
40604384 (SK810)	4/8-6/9 (13/8,20/8,27/8)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港单车馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604387 (SK811)	4/8-6/9 (13/8,20/8,27/8)除外	一,三,五	15:00-16:00	香港单车馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604389 (SK812)	3/8-9/9	二,四	19:00-20:00	香港单车馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604390 (SK813)	3/8-9/9	二,四	20:00-21:00	香港单车馆	14+	65	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
器械健体训练班									
<p>① 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」,可享受优先报名权。 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>									
40604293 (SK738)	7/8-2/9	二,四,六	9:00-10:00	宝林体育馆	15+	75	10	@29/6	☒ i
40604294 (SK739)	7/8-2/9	二,四,六	10:00-11:00	宝林体育馆	15+	75	10	@29/6	☒ i
40604295 (SK740)	10/8-16/9	二,四	15:00-16:00	宝林体育馆	15+	75	10	@6/7	☒ i
40604296 (SK741)	10/8-16/9	二,四	16:00-17:00	宝林体育馆	15+	75	10	@6/7	☒ i
40604308 (SK751)	11/8-17/9	三,五	9:00-10:00	翠林体育馆	15+	75	10	@30/6	☒ i
40604309 (SK752)	11/8-17/9	三,五	10:00-11:00	翠林体育馆	15+	75	10	@30/6	☒ i
40604310 (SK753)	5/8-14/9	二,四	19:00-20:00	翠林体育馆	15+	75	10	@22/6	☒ i
40604311 (SK754)	5/8-14/9	二,四	20:00-21:00	翠林体育馆	15+	75	10	@22/6	☒ i
水中健体训练班									
40591542 (SK191)	27/8-29/9 (22/9)除外	一,三,五	19:30-20:30	西贡游泳池(习泳池)	14+	80	7	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
40591543 (SK192)	27/8-29/9 (22/9)除外	一,三,五	20:30-21:30	西贡游泳池(习泳池)	14+	80	7	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	☒
正确使用健身室设施简介									
40604395 (SK817)	5/8	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604396 (SK818)	5/8	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604397 (SK819)	12/8	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
40604398 (SK820)	12/8	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	☒
压力管理与松弛技巧									

40604328 (SK766)	10/8-23/9	二,四	10:00-11:00	调景岭体育馆	14+	80	15	9/7	
40604331 (SK769)	11/8-17/11 (22/9)除外	三	10:00-11:00	坑口体育馆	14+	80	15	9/7	
40604404 (SK825)	23/8-22/11	一	10:00-11:00	香港单车馆	14+	80	15	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
40604405 (SK826)	23/8-22/11	一	11:00-12:00	香港单车馆	14+	80	15	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
身心伸展训练班									
40604393 (SK815)	10/8-16/9	二,四	14:00-15:00	香港单车馆	15+	85	12	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604394 (SK816)	10/8-16/9	二,四	15:00-16:00	香港单车馆	15+	85	12	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40604353 (SK786)	28/8	六	13:00-14:00	坑口体育馆	7+	免费	12	15/7	
40604354 (SK787)	28/8	六	14:00-15:00	坑口体育馆	7+	免费	12	15/7	
40604355 (SK788)	28/8	六	15:00-16:00	坑口体育馆	7+	免费	12	15/7	
羽毛球训练班									
40604285 (SK732)	10/8-9/9	二,四	19:00-21:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	118	9	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604316 (SK758)	26/8-28/9	二,四	9:00-11:00	调景岭体育馆	7+	118	12	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
40604329 (SK767)	9/8-13/9 (6/9)除外	一,四	15:00-17:00	坑口体育馆	7+	118	12	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
场地单车体验日									
40604407 (SK828)	7/8	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	9	29/6	
40604411 (SK832)	4/8	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	21/6	
40604412 (SK833)	18/8	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	6/7	
场地单车训练班 (第二阶段)									
40604406 (SK827)	10/8	二	18:00-22:00	香港单车馆	11+	140	9	30/6	
草地滚球训练班									
40604379 (SK806)	9/8-1/9	一,三	20:00-22:00	坑口文曲里公园	8+	54	12	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
小型网球训练班									
40604299 (SK744)	7/8-9/10	六	13:00-15:00	翠林体育馆	6-12	70	8	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
壁球训练班									
40604305 (SK749)	12/8-7/9	二,四	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	160	6	25/6	
40604349 (SK783)	5/8-31/8	二,四	19:00-21:00	西贡壁球场	7+	160	6	25/6	
暑期壁球训练班									
40604286 (SK733)	18/8-10/9	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	6	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
乒乓球训练班									
40604288 (SK734)	14/8-16/10	六	14:00-16:00	宝林体育馆	14+	86	9	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604307 (SK750)	22/8-24/10	日	16:00-18:00	翠林体育馆	6+	86	6	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
网球训练班									
40604339 (SK775)	19/8-20/9	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
40604340 (SK776)	20/8-24/9 (21/9)除外	二,五	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
40604342 (SK777)	17/8-16/9	二,四	17:00-19:00	宝翠公园	8+	170	9	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
40604343 (SK778)	18/8-20/9	一,三	9:00-11:00	宝翠公园	8+	170	9	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
围棋训练班(第一阶段)									
40604297 (SK742)	28/8-2/10	六	11:00-13:00	宝林体育馆	6+	40	10	18/6-24/6 (7/7){4/8}	
室内板球同乐日									
40604247 (SK700)	7/8	六	11:00-12:00	调景岭体育馆	6+	免费	15	7/8	即场报名
40604248 (SK701)	7/8	六	12:00-13:00	调景岭体育馆	6+	免费	15	7/8	即场报名
40604249 (SK702)	7/8	六	13:00-14:00	调景岭体育馆	6+	免费	15	7/8	即场报名
西贡区独木舟一星章训练班									
40604373 (SK802)	15/8	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
西贡区独木舟三星章训练班									
40604372 (SK801)	22/8	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
西贡区独木舟二星章训练班									
40604369 (SK799)	14/8	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604371 (SK800)	21/8	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
亲子运动攀登同乐日									
40604322 (SK762)	21/8	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	8+	免费	4	12/7	
运动攀登同乐日									
40604324 (SK764)	21/8	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	12+	免费	4	28/6	
西贡区初级滑浪风帆训练班									
40604359 (SK790)	14/8-15/8	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	130	5	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604360 (SK791)	21/8-22/8	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	130	5	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
西贡区初级龙舟训练班									
40604363 (SK794)	14/8	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
40604365 (SK795)	15/8	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	90	10	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
西贡区中级龙舟训练班									
40604366 (SK796)	21/8-22/8	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	220	10	18/6-24/6 (7/7){27/7}	
幼儿水上安全班									


40591615 (SK260) 13/8-3/9 一,三,五 9:00-10:00 将军澳游泳池(习泳池) 0-4 100 7 23/6-29/6 (7/7) {28/7} 

长者活动编号(班号) <small>(供60岁或以上人士参加,费用全免)</small>	日期	星期	时间	地点	名额	报名/投表日期 <small>(抽签日期) (公开候补日期)</small>	报名方式
---	----	----	----	----	----	---	------


长者游泳训练班(第一阶段)


40591632 (SK277)	13/8-3/9	一,三,五	8:00-9:00	将军澳游泳池(习泳池)	6	23/6-29/6 (7/7) {28/7}	
------------------	----------	-------	-----------	-------------	---	------------------------	---


康体汇叙 - 长者徒手健体操


40604378 (SK805)	13/8-3/9	五	8:00-10:00	翠林体育馆	10	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	
------------------	----------	---	------------	-------	----	------------------------	---

长者徒手健体训练班


40604317 (SK759)	17/8-16/9	二,四,六	8:00-9:00	调景岭体育馆	15	18/6-24/6 (7/7) {4/8}	
------------------	-----------	-------	-----------	--------	----	-----------------------	---

40604318 (SK760)	17/8-16/9	二,四,六	9:00-10:00	调景岭体育馆	15	18/6-24/6 (7/7) {4/8}	
------------------	-----------	-------	------------	--------	----	-----------------------	---


40604399 (SK821)	11/8-29/9 (22/9)除外	一,三	8:00-9:00	香港单车馆	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	
------------------	-----------------------	-----	-----------	-------	----	------------------------	---

40604401 (SK822)	11/8-29/9 (22/9)除外	一,三	9:00-10:00	香港单车馆	15	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	
------------------	-----------------------	-----	------------	-------	----	------------------------	---

长者体操训练班

40604298 (SK743)	5/8-18/9	二,四,六	8:00-9:00	翠林体育馆	10	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	
------------------	----------	-------	-----------	-------	----	------------------------	---

活力长者计划 - 舞蹈同乐



40604330 (SK768)	9/8-27/9	一	9:00-11:00	坑口体育馆	25	18/6-24/6 (7/7) {27/7}	
------------------	----------	---	------------	-------	----	------------------------	---

活力长者计划 - 草地滚球自习


40604382 (SK808)	3/8-31/8	二	8:00-9:00	坑口文曲里公园	12	3/8-31/8	即场报名
------------------	----------	---	-----------	---------	----	----------	------

40604383 (SK809)	3/8-31/8	二	9:00-10:00	坑口文曲里公园	12	3/8-31/8	即场报名
------------------	----------	---	------------	---------	----	----------	------

活力长者计划-羽毛球自习

40604402 (SK823)	2/8-30/8	一	7:00-9:00	香港单车馆	10	22/6	 
------------------	----------	---	-----------	-------	----	------	---

长者门球训练班

40604312 (SK755)	27/8-22/10 (1/10)除外	五	8:00-10:00	翠林体育馆	7	18/6-24/6 (7/7) {4/8}	
------------------	------------------------	---	------------	-------	---	-----------------------	---