

康乐及文化事务署  
社区康乐活动  
2021年9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
<b>9-17岁捷泳训练班(第一阶段)</b>									
40591634 (SK279)	10/9-6/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	9-17	100	8	30/7	
<b>成人捷泳训练班(第一阶段)</b>									
40591636 (SK281)	10/9-6/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
40591643 (SK288)	9/9-12/10	二,四	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
<b>成人胸泳训练班(第一阶段)</b>									
40591642 (SK287)	9/9-12/10	二,四	7:00-8:00	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
<b>成人捷泳训练班(第二阶段)</b>									
40591640 (SK285)	10/9-6/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	20:30-21:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	10	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
<b>成人胸泳训练班(第二阶段)</b>									
40591644 (SK289)	9/9-12/10	二,四	19:30-20:30	将军澳游泳池(习泳池)	18+	100	10	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
<b>17岁或以下胸泳训练班(第三阶段)</b>									
40591635 (SK280)	9/9-12/10	二,四	19:30-20:30	将军澳游泳池(主池)	0-17	100	8	29/7	
<b>成人蝶泳训练班</b>									
40591645 (SK290)	9/9-12/10	二,四	20:30-21:30	将军澳游泳池(主池)	18+	100	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	
<b>健美舞训练班</b>									
40606971 (SK946)	7/9-21/10 (21/9,14/10)除外	二,四	19:00-20:00	宝林体育馆	14+	65	12	30/7	
40606972 (SK947)	7/9-21/10 (21/9,14/10)除外	二,四	20:00-21:00	宝林体育馆	14+	65	12	30/7	
40606978 (SK953)	28/9-26/10 (14/10)除外	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	10	9/8	
40606979 (SK954)	28/9-26/10 (14/10)除外	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	10	9/8	
40607001 (SK976)	8/9-22/10 (22/9,1/10)除外	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	6	29/7	
40607002 (SK977)	8/9-22/10 (22/9,1/10)除外	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	6	29/7	
40607025 (SK1000)	15/9-15/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	14:00-15:00	香港单车馆	14+	65	15	20/7-26/7 (3/8) {31/8}	
40607026 (SK1001)	15/9-15/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	15:00-16:00	香港单车馆	14+	65	15	20/7-26/7 (3/8) {31/8}	
<b>器械健身训练班</b>									
<p>@ 从未参加过器械健身训练班或已届满不合格期格的申请者,均视作「新申请者」,可享优先报名权。                      不合格期格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,其不合格期格将由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:新申请者将获优先录取,余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40606968 (SK943)	8/9-20/10 (22/9)除外	一,三	19:00-20:00	宝林体育馆	15+	75	10	@26/7	
40606969 (SK944)	8/9-20/10 (22/9)除外	一,三	20:00-21:00	宝林体育馆	15+	75	10	@26/7	
40606970 (SK945)	8/9-20/10 (22/9)除外	一,三	21:00-22:00	宝林体育馆	15+	75	10	@26/7	
40606973 (SK948)	14/9-9/10	二,四,六	9:00-10:00	宝林体育馆	15+	75	10	@5/8	
40606974 (SK949)	14/9-9/10	二,四,六	10:00-11:00	宝林体育馆	15+	75	10	@5/8	
40606980 (SK955)	13/9-13/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	15:00-16:00	翠林体育馆	15+	75	10	@2/8	
40606981 (SK956)	13/9-13/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	16:00-17:00	翠林体育馆	15+	75	10	@2/8	
<b>爵士舞训练班</b>									
40606984 (SK959)	2/9-5/10	二,四	19:00-21:00	调景岭体育馆	12+	70	15	23/7	
<b>简易太极拳</b>									
40606952 (SK927)	12/9-12/12 (7/11;14/11)除外	日	9:00-10:00	常宁游乐场门球场	6+	54	15	20/7-26/7 (3/8) {31/8}	
40606999 (SK974)	5/9-21/11	日	7:00-8:00	惠民路游乐场	6+	60	15	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
<b>网上互动课-健体瑜伽</b>									
40609792 (SK1272)	28/9-30/9	二,四	20:00-21:00	互联网,活动前30分钟登入: zoom.us/join	15+	20	50	7/9	
<b>正确使用健身室设施简介</b>									
40606991 (SK966)	14/9	二	19:00-22:00	坑口体育馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40606992 (SK967)	14/9	二	20:00-23:00	坑口体育馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40607028 (SK1003)	2/9	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40607029 (SK1004)	2/9	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40607030 (SK1005)	9/9	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40607031 (SK1006)	9/9	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
<b>羽毛球训练班</b>									
40606976 (SK951)	2/9-5/10	二,四	8:00-10:00	翠林体育馆	7+	118	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	
40606977 (SK952)	8/9-15/10 (22/9,1/10)除外	三,五	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	118	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	

<b>亲子(7-17岁)羽毛球训练班</b>										
40607006 (SK981)	11/9-23/10 (25/9)除外	六	13:00-15:00	坑口体育馆	7+	73	12	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>场地单车体验日</b>										
40607039 (SK1014)	15/9	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	6/8	📄 i	
40607040 (SK1015)	25/9	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	9	10/8	📄 i	
40607041 (SK1016)	29/9	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	12/8	📄 i	
<b>草地滚球同乐日</b>										
40607016 (SK991)	5/9	日	9:00-11:00	坑口文曲里公园	8+	免费	18	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>网球训练班</b>										
40606997 (SK972)	30/9-4/11 (14/10)除外	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	20/7-26/7 (3/8) {31/8}	✉	
40606998 (SK973)	1/9-24/9 (22/9)除外	一,三,五	15:00-17:00	宝翠公园	8+	170	9	20/7	📄 i	
40607004 (SK979)	13/9-18/10 (14/10)除外	一,四	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	6	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>西贡区独木舟一星章训练班</b>										
40607010 (SK985)	11/9	六	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>西贡区独木舟二星章训练班</b>										
40607011 (SK986)	12/9	日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	30	8	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>运动攀登同乐日</b>										
40606986 (SK961)	25/9	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	12+	免费	4	4/8	📄 i	
40606987 (SK962)	25/9	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	12+	免费	4	4/8	📄 i	
<b>西贡区初级滑浪风帆训练班</b>										
40607007 (SK982)	11/9-12/9	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	14+	130	5	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	
<b>西贡区中级龙舟训练班</b>										
40607009 (SK984)	11/9-12/9	六,日	9:00-17:00	创兴水上活动中心	12+	220	10	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉	

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。

**听障人士健体舞训练班**

40601908 (SK616)	4/9-23/10	六	11:00-12:00	香港单车馆	14+	3	15/7	📄 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)**

40591646 (SK291)	10/9-6/10 (22/9,1/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	将军澳游泳池(习泳池)	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	✉
40591647 (SK292)	9/9-12/10	二,四	8:00-9:00	将军澳游泳池(习泳池)	8	23/7-29/7 (6/8) {27/8}	✉

**康体汇叙 - 长者徒手健体操**

40607015 (SK990)	10/9-8/10 (1/10)除外	五	8:00-10:00	翠林体育馆	10	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉
------------------	-----------------------	---	------------	-------	----	---------------------------	---

**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

以抽签方式报名的训练班: 新申请者将获优先取录, 余额则按抽签结果由其他申请人填补。

40606975 (SK950)	9/9-21/10 (14/10)除外	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	10	@20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉
------------------	------------------------	-----	-----------	-------	----	----------------------------	---

**活力长者计划 - 草地滚球自习**

40607023 (SK998)	7/9-28/9	二	8:00-9:00	坑口文曲里公园	12	7/9-28/9	即场报名
40607024 (SK999)	7/9-28/9	二	9:00-10:00	坑口文曲里公园	12	7/9-28/9	即场报名

**活力长者计划 - 乒乓球自习**

40606982 (SK957)	1/9-29/9 (22/9)除外	三	8:00-9:00	翠林体育馆	8	19/7	📄 i
40606983 (SK958)	3/9-24/9	五	8:00-9:00	翠林体育馆	8	19/7	📄 i
40606988 (SK963)	2/9-23/9	四	7:00-8:00	坑口体育馆	9	19/7	📄 i
40606989 (SK964)	2/9-23/9	四	8:00-9:00	坑口体育馆	9	19/7	📄 i
40606990 (SK965)	2/9-23/9	四	9:00-10:00	坑口体育馆	9	19/7	📄 i

**长者乒乓球训练班**

40607003 (SK978)	6/9-7/10	一,四	14:00-16:00	西贡壁球场	6	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉
------------------	----------	-----	-------------	-------	---	---------------------------	---

**长者门球训练班**

40606994 (SK969)	14/9-2/11	二	9:00-11:00	常宁游乐场	15	20/7-26/7 (3/8) {24/8}	✉
------------------	-----------	---	------------	-------	----	---------------------------	---

40606995 (SK970)

9/9-4/11  
(14/10)除外

四 9:00-11:00

宝康公园

7 20/7-26/7 (3/8)  
{24/8}

