

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年10月份康乐体育活动一览表

元朗区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/投考日期 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
成人第一阶段捷泳训练班									
40612124 (YL1039-21)	4/10-25/10	一,三,五	8:00-9:00	天水围游泳池	18+	100	8	31/8	
40612125 (YL1033-21)	4/10-29/10 (8/10,15/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	元朗游泳池	18+	100	8	31/8	
成人第一阶段胸泳训练班									
40612122 (YL1038-21)	4/10-25/10	一,三,五	7:00-8:00	天水围游泳池	18+	100	8	31/8	
40612123 (YL1040-21)	4/10-29/10 (8/10,15/10)除外	一,三,五	18:30-19:30	元朗游泳池	18+	100	8	31/8	
成人第二阶段胸泳训练班									
40612127 (YL1034-21)	4/10-25/10	一,三,五	7:00-8:00	元朗游泳池	18+	100	10	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
成人第三阶段捷泳训练班									
40612126 (YL1041-21)	4/10-25/10	一,三,五	19:30-20:30	元朗游泳池	18+	100	10	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
健体舞训练班									
40612004 (YL1042-21)	4/10-15/11 (14/10) 除外	一,四	18:00-19:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	3/9	
40612005 (YL1043-21)	4/10-15/11 (14/10) 除外	一,四	19:00-20:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	3/9	
40612007 (YL1066-21)	5/10-16/11 (14/10) 除外	二,四	9:00-10:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	1/9	
40612008 (YL1067-21)	5/10-16/11 (14/10) 除外	二,四	10:00-11:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	1/9	
40612009 (YL1127-21)	11/10-17/11	一,三	18:00-19:00	朗屏体育馆	14+	65	15	10/9	
40612011 (YL1128-21)	11/10-17/11	一,三	19:00-20:00	朗屏体育馆	14+	65	15	10/9	
40612012 (YL1070-21)	5/10-16/11 (14/10) 除外	二,四	8:00-9:00	朗屏体育馆	14+	65	15	1/9	
40612013 (YL1071-21)	5/10-16/11 (14/10) 除外	二,四	9:00-10:00	朗屏体育馆	14+	65	15	1/9	
40612015 (YL1158-21)	26/10-2/12	二,四	8:00-9:00	屏山天水围体育馆	14+	65	15	27/9	
40612016 (YL1159-21)	26/10-2/12	二,四	9:00-10:00	屏山天水围体育馆	14+	65	15	27/9	
儿童舞训练班									
40612042 (YL1028-21)	3/10-5/12	日	9:00-11:00	凤琴街体育馆	4-11	60	10	3/9	
40612043 (YL1029-21)	3/10-5/12	日	11:00-13:00	凤琴街体育馆	4-11	60	10	3/9	
40612044 (YL1017-21)	2/10-4/12	六	13:00-15:00	朗屏体育馆	4-11	60	10	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612045 (YL1018-21)	2/10-4/12	六	10:00-12:00	屏山天水围体育馆	4-11	60	10	2/9	
40612046 (YL1124-21)	10/10-12/12	日	14:00-16:00	天水围体育馆	4-11	60	10	10/9	
40612047 (YL1125-21)	10/10-12/12	日	16:00-18:00	天水围体育馆	4-11	60	10	10/9	
中国舞训练班									
40612048 (YL1015-21)	2/10-4/12	六	19:00-21:00	朗屏体育馆	12+	45	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
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参加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>									
40612050 (YL1149-21)	18/10-12/11	一,三,五	15:00-16:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@17/9	
40612052 (YL1050-21)	4/10-15/11 (14/10) 除外	一,四	9:00-10:00	天水围体育馆	15+	75	15	@2/9	
40612054 (YL1051-21)	4/10-15/11 (14/10) 除外	一,四	10:00-11:00	天水围体育馆	15+	75	15	@2/9	
爵士舞训练班									
40612102 (YL1019-21)	2/10-4/12	六	17:00-19:00	屏山天水围体育馆	12+	70	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
儿童柔道训练班									
40612103 (YL1016-21)	2/10-4/12	六	17:00-19:00	朗屏体育馆	6-11	65	15	2/9	
柔道训练班									
40612104 (YL1137-21)	15/10-17/12	五	19:00-21:00	天水围体育馆	6+	65	15	15/9	
社交舞训练班									
40612108 (YL1108-21)	8/10-10/12	五	20:00-22:00	朗屏体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612109 (YL1099-21)	7/10-16/12 (14/10) 除外	四	18:00-20:00	朗屏体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612110 (YL1100-21)	7/10-16/12 (14/10) 除外	四	19:00-21:00	屏山天水围体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
简易太极班									
40602462 (YL0499-21)	4/10-29/10	一,三,五	18:30-19:30	大桥街市休憩处	6+	54	15	31/8	
40602466 (YL0502-21)	4/10-29/10	一,三,五	7:00-8:00	朗屏村(房屋署前篮球场)	6+	54	15	31/8	
40602469 (YL0503-21)	4/10-29/10	一,三,五	7:30-8:30	横台山游乐场	6+	54	15	31/8	
40611715 (YL0830-21)	2/10-30/10 (14/10) 除外	二,四,六	6:30-7:30	大桥街市休憩处	6+	54	15	1/9	
40612160 (YL1052-21)	15/10-10/11	一,三,五	7:00-8:00	天水围公园(3号篮球场)	6+	54	15	31/8	
40612161 (YL1694-21)	4/10-29/10	一,三,五	20:30-21:30	天水围运动场	6+	54	15	3/9	
40612163 (YL0992-21)	4/10-29/10	一,三,五	7:00-8:00	天水围公园(五人足球场)	6+	54	15	31/8	
40612164 (YL1698-21)	4/10-29/10	一,三,五	7:00-8:00	元朗大球场	6+	54	15	31/8	

40612165 (YL1703-21)	2/10-30/10 (14/10)除外	二,四,六	7:00-8:00	上村公园足球场	6+	54	15	1/9	
40612168 (YL1706-21)	11/10-5/11	一,三,五	7:00-8:00	凤琴街体育馆	6+	54	15	3/9	
太极剑同乐日									
40602471 (YL0505-21)	4/10-27/10	一,三	6:30-7:30	大桥街市休憩处	6+	免费	20	3/9	
40612170 (YL0989-21)	5/10-2/11 (14/10)除外	二,四	7:00-8:00	元朗大球场	6+	免费	20	6/9	
40612171 (YL1688-21)	5/10-2/11 (14/10)除外	二,四	7:00-8:00	天水围公园 (三号篮球场)	6+	免费	20	6/9	
瑜伽训练班									
40612139 (YL1107-21)	8/10-10/12	五	19:00-21:00	凤琴街体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612140 (YL1044-21)	4/10-6/12	一	13:00-15:00	凤琴街体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612141 (YL1129-21)	11/10-13/12	一	13:00-15:00	朗屏体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612142 (YL1130-21)	11/10-13/12	一	15:00-17:00	朗屏体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612143 (YL1048-21)	4/10-6/12	一	10:00-12:00	天水围体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612144 (YL1049-21)	4/10-6/12	一	18:00-20:00	天水围体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
正确使用健身室设施简介									
40612055 (YL1030-21)	3/10	日	15:00-18:00	朗屏体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612056 (YL1144-21)	17/10	日	9:00-12:00	天水围体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
身心伸展训练班									
40612033 (YL1069-21)	5/10-12/11	二,五	10:00-11:00	朗屏体育馆	15+	85	12	2/9	
40612040 (YL1068-21)	5/10-12/11	二,五	11:00-12:00	朗屏体育馆	15+	85	12	2/9	
羽毛球训练班									
40612020 (YL1022-21)	2/10-4/12	六	15:00-17:00	凤琴街体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612021 (YL1113-21)	8/10-10/12	五	20:00-22:00	屏山天水围体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
青少年羽毛球训练班									
40612022 (YL1031-21)	3/10-5/12	日	9:00-11:00	朗屏体育馆	7-17	118	9	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
壁球训练班									
40612116 (YL1082-21)	5/10-2/11 (14/10)除外	二,四	19:30-21:30	大桥街市壁球场	7+	160	6	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612117 (YL1161-21)	30/10-18/12	六	17:00-19:00	天水围体育馆	7+	160	6	30/9	
40612118 (YL1084-21)	5/10-2/11 (14/10)除外	二,四	21:00-23:00	天水围体育馆	7+	160	6	6/9	
40612119 (YL1095-21)	6/10-29/10	三,五	20:00-22:00	天水围体育馆	7+	160	6	6/9	
40612120 (YL1150-21)	18/10-11/11	一,四	19:30-21:30	元朗赛马会壁球场	7+	160	6	17/9	
40612121 (YL1023-21)	2/10-20/11	六	15:30-17:30	元朗赛马会壁球场	7+	160	6	2/9	
乒乓球训练班									
40612132 (YL1105-21)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	9:00-11:00	凤琴街体育馆	6+	86	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612133 (YL1152-21)	22/10-23/11	二,五	16:00-18:00	朗屏体育馆	6+	86	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
40612134 (YL1119-21)	9/10-11/12	六	15:00-17:00	天水围体育馆	6+	86	12	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
网球训练班									
40612131 (YL1081-21)	5/10-7/12	二	20:00-22:00	西菁街网球场	8+	170	9	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
篮球训练班									
40612032 (YL1027-21)	2/10-4/12	六	17:00-19:00	凤琴街体育馆	10+	75	15	2/9	
成人榄球训练班									
40612106 (YL1086-21)	5/10-7/12	二	20:00-22:00	天水围公园(五人足球场)	18+	40	10	6/9	

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。

精神病康复者身心伸展训练班

40596118 (YL1672-21)	2/10-6/11	六	12:00-14:00	屏山天水围体育馆	15-65	15	18/8	
----------------------	-----------	---	-------------	----------	-------	----	------	--

精神病康复者高尔夫球训练计划

40612553 (YL1097-21)	6/10-27/10	三	10:00-12:00	屯门康乐体育中心	15-65	3	18/8	
----------------------	------------	---	-------------	----------	-------	---	------	--

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
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

长者第一阶段游泳训练班

40612128 (YL1035-21)	4/10-29/10 (8/10,15/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	元朗游泳池	8	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
----------------------	------------------------------	-------	-----------	-------	---	------------------------	--

40612129 (YL1036-21)	4/10-29/10 (8/10,15/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	元朗游泳池	8	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	
----------------------	------------------------------	-------	------------	-------	---	------------------------	--

长者第二阶段游泳训练班

40612130 (YL1037-21)	4/10-25/10	一,三,五	8:00-9:00	元朗游泳池	10	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
长者社交舞训练班							
40612111 (YL1087-21)	6/10-8/12	三	10:00-12:00	凤琴街体育馆	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
40612112 (YL1088-21)	6/10-8/12	三	10:00-12:00	朗屏体育馆	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
40612113 (YL1101-21)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	10:00-12:00	屏山天水围体育馆	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
40612114 (YL1111-21)	8/10-10/12	五	14:00-16:00	天水围体育馆	16	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
活力长者计划 - 乒乓球同乐							
40612135 (YL1060-21)	4/10-25/10	一	9:00-10:00	屏山天水围体育馆	12	3/9	📄 i
40612136 (YL1061-21)	4/10-25/10	一	10:00-11:00	屏山天水围体育馆	12	3/9	📄 i
40612137 (YL1134-21)	13/10-3/11	三	9:00-10:00	天水围体育馆	12	13/9	📄 i
40612138 (YL1135-21)	13/10-3/11	三	10:00-11:00	天水围体育馆	12	13/9	📄 i
活力长者计划 - 羽毛球同乐							
40612023 (YL1092-21)	6/10-27/10	三	9:00-10:00	凤琴街体育馆	12	6/9	📄 i
40612028 (YL1093-21)	6/10-27/10	三	10:00-11:00	凤琴街体育馆	12	6/9	📄 i
40612030 (YL1138-21)	15/10-5/11	五	9:00-10:00	天水围体育馆	12	15/9	📄 i
40612031 (YL1139-21)	15/10-5/11	五	10:00-11:00	天水围体育馆	12	15/9	📄 i
长者美式桌球训练班							
40612018 (YL1106-21)	7/10-4/11 (14/10)除外	四	9:00-11:00	元朗罗弼时爵士壁球场	3	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
40612019 (YL1083-21)	5/10-26/10	二	9:00-11:00	元朗罗弼时爵士壁球场	3	20/8-26/8 (7/9) {28/9}	✉
活力长者计划 - 门球同乐							
40612072 (YL1098-21)	6/10-20/10	一,三	7:00-9:00	天水围公园	7	6/9	📄 i
40612073 (YL1064-21)	4/10-21/10 (14/10)除外	一,四	7:00-9:00	元朗公园	7	3/9	📄 i