

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

葵青区

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
健美舞训练班									
40587886 (KWT1009)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	9:00-10:00	青衣西南体育馆	14+	65	15	7/9	☐ i
40587887 (KWT1010)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	10:00-11:00	青衣西南体育馆	14+	65	15	7/9	☐ i
40587898 (KWT986)	4/10-10/11	一,三	18:00-19:00	青衣西南体育馆	14+	65	15	7/9	☐ i
40587899 (KWT987)	4/10-10/11	一,三	19:00-20:00	青衣西南体育馆	14+	65	15	7/9	☐ i
40590841 (KWT1098)	19/10-25/11	二,四	19:00-20:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	65	8	7/9	☐ i
40590842 (KWT1099)	19/10-25/11	二,四	20:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	65	8	7/9	☐ i
40610086 (KWT1036)	6/10-12/11	三,五	19:00-20:00	大窝口体育馆	14+	65	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40610087 (KWT1037)	6/10-12/11	三,五	20:00-21:00	大窝口体育馆	14+	65	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40610088 (KWT1034)	6/10-15/11	一,三	9:00-10:00	大窝口体育馆	14+	65	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40610089 (KWT1035)	6/10-15/11	一,三	10:00-11:00	大窝口体育馆	14+	65	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40610100 (KWT1062)	8/10-24/12	五	13:00-14:00	大窝口体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40610101 (KWT1063)	8/10-24/12	五	14:00-15:00	大窝口体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40611697 (KWT980)	4/10-10/11	一,三	19:00-20:00	荔景体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40611699 (KWT981)	4/10-10/11	一,三	20:00-21:00	荔景体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40611700 (KWT1023)	6/10-12/11	三,五	9:00-10:00	荔景体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40611703 (KWT1024)	6/10-12/11	三,五	10:00-11:00	荔景体育馆	14+	65	12	7/9	☐ i
40612806 (KWT917)	26/10-2/12	二,四	9:00-10:00	长发体育馆	14+	65	10	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612807 (KWT918)	26/10-2/12	二,四	10:00-11:00	长发体育馆	14+	65	10	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612825 (KWT999)	4/10-10/11	一、三	13:00-14:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612826 (KWT1000)	4/10-10/11	一、三	14:00-15:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612827 (KWT1016)	5/10-16/11 (14/10)除外	二、四	19:00-20:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612828 (KWT1017)	5/10-16/11 (14/10)除外	二、四	20:00-21:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612832 (KWT1041)	6/10-12/11	三、五	8:00-9:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
40612833 (KWT1042)	6/10-12/11	三、五	9:00-10:00	青衣体育馆	14+	65	15	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
爵士舞训练班									
40590856 (KWT1075)	10/10-12/12	日	10:00-12:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	70	15	7/9	☐ i
八段锦训练班									
40583329 (KWT1115)	26/10-2/12	二,四	9:00-10:00	青衣西南体育馆	8+	80	15	3/9	☐ i
40583330 (KWT1116)	26/10-2/12	二,四	10:00-11:00	青衣西南体育馆	8+	80	15	3/9	☐ i
40590719 (KWT1027)	6/10-12/11	三,五	8:00-9:00	北葵涌邓肇坚体育馆	8+	80	15	3/9	☐ i
中国舞训练班									
40612845 (KWT1096)	17/10-19/12	日	15:00-17:00	枫树窝体育馆	14+	45	10	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	☐
器械健身训练班									
@ 从未参加过器械健身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。									
40590764 (KWT1102)	19/10-25/11	二,四	19:00-20:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	7	@17/9	☐ i
40590765 (KWT1103)	19/10-25/11	二,四	20:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	7	@17/9	☐ i
40590766 (KWT1100)	19/10-25/11	二,四	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	7	@17/9	☐ i
40590767 (KWT1101)	19/10-25/11	二,四	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	75	7	@17/9	☐ i
40610093 (KWT984)	4/10-10/11	一,三	20:00-21:00	大窝口体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40610094 (KWT985)	4/10-10/11	一,三	21:00-22:00	大窝口体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612819 (KWT802)	8/10-17/11	三,五	8:00-9:00	长发体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612820 (KWT803)	8/10-17/11	三,五	9:00-10:00	长发体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612841 (KWT1011)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	10:00-11:00	枫树窝体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612842 (KWT1012)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	11:00-12:00	枫树窝体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612846 (KWT1106)	20/10-26/11	三,五	19:00-20:00	枫树窝体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
40612847 (KWT1107)	20/10-26/11	三,五	20:00-21:00	枫树窝体育馆	15+	75	10	@17/9	☐ i
社交舞训练班									
40587916 (KWT1117)	30/10-15/1 (25/12,1/1)除外	六	14:00-16:00	青衣西南体育馆	14+	86	16	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40590744 (KWT966)	2/10-4/12	六	15:00-17:00	北葵涌邓肇坚体育馆	14+	86	16	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40610097 (KWT974)	3/10-5/12	日	15:00-17:00	大窝口体育馆	14+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40611707 (KWT965)	2/10-4/12	六	19:00-21:00	荔景体育馆	14+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40612804 (KWT1087)	26/10-4/1 (21/12)除外	二	14:00-16:00	长发体育馆	14+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40612805 (KWT914)	27/10-29/12	三	19:00-21:00	长发体育馆	14+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐
40612834 (KWT1066)	8/10-10/12	五	14:00-16:00	青衣体育馆	14+	86	16	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	☐

瑜伽训练班

40610085 (KWT1015)	5/10-7/12	二	15:00-17:00	大窝口体育馆	15+	85	12	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40611706 (KWT1055)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	19:00-21:00	荔景体育馆	15+	85	12	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40612808 (KWT943)	26/10-4/1 (21/12)除外	二	19:00-21:00	长发体育馆	15+	85	12	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40612810 (KWT967)	30/10-22/1 (18/12,25/12,1/1)除外	六	10:00-12:00	长发体育馆	15+	85	12	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40612837 (KWT1089)	15/10-17/12	五	10:00-12:00	青衣体育馆	15+	85	15	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40612838 (KWT1090)	15/10-17/12	五	19:00-21:00	青衣体育馆	15+	85	15	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉

正确使用健身室设施简介

40588029 (KWT1018)	5/10	二	18:00-21:00	青衣西南体育馆	15+	免费	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40588030 (KWT1084)	12/10	二	18:00-21:00	青衣西南体育馆	15+	免费	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610081 (KWT1071)	9/10	六	18:00-21:00	大窝口体育馆	15+	免费	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610082 (KWT1072)	9/10	六	19:00-22:00	大窝口体育馆	15+	免费	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

压力处理与松弛技巧训练班

40612814 (KWT1048)	28/10-27/1	四	19:00-20:00	长发体育馆	14+	80	10	20/9	📄 i
40612815 (KWT1049)	28/10-27/1	四	20:00-21:00	长发体育馆	14+	80	10	20/9	📄 i

身心伸展训练班

40612955 (KWT1713)	11/10-3/1 (27/12)除外	一	14:00-15:00	枫树窝体育馆	15+	85	10	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40612956 (KWT1001)	11/10-3/1 (27/12)除外	一	15:00-16:00	枫树窝体育馆	15+	85	10	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

亲子(7-17岁)羽毛球同乐日

40590851 (KWT1078)	10/10	日	13:00-14:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	免费	12	6/9	📄 i
40590852 (KWT1079)	10/10	日	14:00-15:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	免费	12	6/9	📄 i
40590853 (KWT1080)	10/10	日	15:00-16:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	免费	12	6/9	📄 i

亲子(7-17岁)羽毛球训练班

40612839 (KWT1108)	21/10-25/11	四	19:00-21:00	青衣体育馆	7+	73	12	2/9	📄 i
--------------------	-------------	---	-------------	-------	----	----	----	-----	-----

羽毛球训练班

40587909 (KWT1044)	6/10-8/12	三	19:00-21:00	青衣西南体育馆	7+	118	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40590734 (KWT1043)	6/10-8/12	三	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	118	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610099 (KWT1003)	4/10-8/11 (14/10)除外	一,四	19:00-21:00	大窝口体育馆	7+	118	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40611704 (KWT1058)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	19:00-21:00	荔景体育馆	7+	118	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40612835 (KWT1085)	12/10-14/12	二	19:00-21:00	青衣体育馆	7+	118	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

室内气手枪射击同乐日

40612957	23/10	六	14:00-15:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	24	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
40612958	23/10	六	15:00-16:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	24	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉

壁球训练班

40590849 (KWT988)	4/10-27/10	一,三	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7+	160	6	8/9	📄 i
40612829 (KWT1020)	7/10-4/11 (14/10)除外	二,四	19:00-21:00	青衣体育馆	7+	160	6	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉

乒乓球训练班

40590730 (KWT1004)	4/10-6/12	一	19:00-21:00	北葵涌邓肇坚体育馆	6+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610098 (KWT1081)	10/10-12/12	日	10:00-12:00	大窝口体育馆	6+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40611708 (KWT1002)	4/10-6/12	一	19:00-21:00	荔景体育馆	6+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40612813 (KWT1045)	6/10-5/11	三,五	19:00-21:00	长发体育馆	6+	86	12	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

网球训练班

40592291 (KWT-)	8/10-10/12	五	19:00-21:00	葵盛游乐场	8+	170	6	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉
40592292 (KWT-)	4/10-8/11 (14/10)除外	一,四	9:00-11:00	葵盛游乐场	8+	170	9	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉
40592355	22/10-23/11	二,五	9:00-11:00	石梨街网球场	8+	170	6	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉
40612952	18/10-17/11	一, 星期三	19:00-21:00	青衣公园	8+	170	9	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉

高尔夫球同乐日

40611403 (KWT1114)	10/10	日	15:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	免费	12	14/9	📄 i
--------------------	-------	---	-------------	-------------	----	----	----	------	-----

高尔夫球短距离球训练班

40611688 (KWT0975)	3/10-17/10	日	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

高尔夫球训练班(第一阶段)

40611410 (KWT1093)	5/10-19/10	二	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
--------------------	------------	---	-------------	-------------	----	-----	---	---------------------------	---

高尔夫球训练班(第二阶段)

40611685 (KWT1076)	5/10-19/10	二	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40611687 (KWT1022)	3/10-17/10	日	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

高尔夫球训练班(第三阶段)

40611689 (KWT976)	24/10-31/10	二,日	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场、屯门康乐体育中心	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40611690 (KWT1021)	24/10-31/10	二,日	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场、屯门康乐体育中心	8+	160	6	20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

围棋初级训练班(第二阶段)

40612809 (KWT927)	30/10-4/12	六	15:30-17:30	长发体育馆	6+	40	10	23/8-27/8 (15/9) {5/10}	✉
-------------------	------------	---	-------------	-------	----	----	----	----------------------------	---

板球同乐日

40612959	16/10	六	15:00-17:00	醉酒湾临时板球场	6+	免费	12	3/9	📄 i
----------	-------	---	-------------	----------	----	----	----	-----	-----

葵青区足球赛 2021

40597736 (QKWT1068)	8/10-19/11	一,二,五	19:30-23:00	青衣东北公园	14+	60	16	4/8-10/8 (19/8) {14/9}	✉
---------------------	------------	-------	-------------	--------	-----	----	----	---------------------------	---

沙滩排球同乐日

40582829 (KWT-1077)	10/10	日	16:00-18:00	葵涌运动场	10+	免费	15	9/8	📄 i
---------------------	-------	---	-------------	-------	-----	----	----	-----	-----

运动攀登同乐日

40588080 (KWT962)	2/10	六	13:00-14:30	青衣西南体育馆	12+	免费	4	8/9	📄 i
40588081 (KWT963)	2/10	六	14:30-16:00	青衣西南体育馆	12+	免费	4	8/9	📄 i
40588082 (KWT964)	2/10	六	16:00-17:30	青衣西南体育馆	12+	免费	4	8/9	📄 i

园艺讲座 - 鬼马花艺工作坊

40592316	16/10	六	10:00-12:00	青衣体育馆	6+	30	12	10/9	📄 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。

长期病患者器械健体训练计划

40597585 (KWT0947)	7/10-2/12	四	15:00-16:00	大窝口体育馆	15+	2	6/9	📄 i
--------------------	-----------	---	-------------	--------	-----	---	-----	-----

长期病患者优质健行训练班

40597589 (KWT0949)	20/10-8/12	三	10:00-11:00	青衣运动场	6+	2	20/9	📄 i
--------------------	------------	---	-------------	-------	----	---	------	-----

精神病康復者身心伸展训练班

40596148	29/10-3/12	五	18:00-20:00	长发体育馆	15+	15	6/9	📄 i
----------	------------	---	-------------	-------	-----	----	-----	-----

精神病康復者乒乓球训练计划

40597582 (KWT0948)	6/10-27/10	三	10:00-12:00	大窝口体育馆	6+	2	6/9	📄 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: 新申请者将获优先录取, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。

40590749 (KWT1105)	19/10-25/11	二,四	8:00-9:00	北葵涌邓肇坚体育馆	7	@20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610102 (KWT1046)	6/10-22/12	三	13:00-14:00	大窝口体育馆	10	@20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40610103 (KWT1047)	6/10-22/12	三	14:00-15:00	大窝口体育馆	10	@20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉
40612848 (KWT1019)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	9:00-10:00	枫树窝体育馆	10	@20/8-24/8 (9/9) {27/9}	✉

活力长者计划-乒乓球自习

40590799 (KWT1051)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	13:30-14:30	北葵涌邓肇坚体育馆	16	1/9	📄 i
40590800 (KWT-1052)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	14:30-15:30	北葵涌邓肇坚体育馆	16	1/9	📄 i
40611711 (KWT989)	4/10-25/10	一	7:00-8:00	荔景体育馆	16	1/9	📄 i
40611712 (KWT990)	4/10-25/10	一	8:00-9:00	荔景体育馆	16	1/9	📄 i
40612811 (KWT997)	4/10-25/10	一	13:00-14:00	长发体育馆	16	1/9	📄 i
40612812 (KWT998)	4/10-25/10	一	14:00-15:00	长发体育馆	16	1/9	📄 i
40612821 (KWT993)	4/10-25/10	一	7:00-8:00	青衣体育馆	16	1/9	📄 i
40612822 (KWT994)	4/10-25/10	一	8:00-9:00	青衣体育馆	16	1/9	📄 i



活力长者计划-健体同乐

40609653 (KWT1059)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	9:00-10:00	大窝口体育馆	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉
40609654 (KWT1060)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	10:00-11:00	大窝口体育馆	12	21/8-25/8 (13/9) {28/9}	✉
40611709 (KWT991)	4/10-25/10	一	7:00-8:00	荔景体育馆	12	23/9	📄 i
40611710 (KWT1050)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	8:00-9:00	荔景体育馆	12	23/9	📄 i
40590823 (KWT1032)	6/10-27/10	三	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	9	23/9	📄 i
40590824 (KWT1033)	6/10-27/10	三	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	9	23/9	📄 i
40612823 (KWT995)	4/10-25/10	一	8:00-9:00	青衣体育馆	10	23/9	📄 i
40612824 (KWT996)	4/10-25/10	一	9:00-10:00	青衣体育馆	10	23/9	📄 i

活力长者计划-羽毛球自习

40588056 (KWT1013)	5/10-26/10	二	7:00-8:00	青衣西南体育馆	16	2/9	 
40588057 (KWT1014)	5/10-26/10	二	8:00-9:00	青衣西南体育馆	16	2/9	 
40612816 (KWT1053)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	13:00-14:00	长发体育馆	16	10/9	 
40612818 (KWT1054)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	14:00-15:00	长发体育馆	16	10/9	 
40612830 (KWT1030)	6/10-27/10	三	7:00-8:00	青衣体育馆	16	2/9	 
40612831 (KWT1031)	6/10-27/10	三	8:00-9:00	青衣体育馆	16	2/9	 

活力长者计划-门球自习

40609651 (KWT1005)	4/10-25/10	一	7:00-8:00	大窝口体育馆	8	1/9	 
40609652 (KWT1006)	4/10-25/10	一	8:00-9:00	大窝口体育馆	8	1/9	