

**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**

北区

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
<b>长跑训练班</b>									
40611266 (NG1036)	30/10-29/11 (13/11,20/11,25/12,1/1) 除外	六	16:00-18:00	北区运动场	16+	130	20	20/9	
<b>健美舞训练班</b>									
40611092 (NH944)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	15:00-16:00	联和墟体育馆	14+	65	15	6/9	
40611101 (NH947)	6/10-12/11	三,五	12:00-13:00	联和墟体育馆	14+	65	15	6/9	
40611120 (NH948)	6/10-12/11	三,五	19:00-20:00	联和墟体育馆	14+	65	15	6/9	
40611124 (NH949)	6/10-12/11	三,五	20:00-21:00	联和墟体育馆	14+	65	15	6/9	
40611126 (NR950)	6/10-12/11	三,五	14:00-15:00	保荣路体育馆	14+	65	15	6/9	
40611128 (NR951)	6/10-12/11	三,五	15:00-16:00	保荣路体育馆	14+	65	15	6/9	
40611130 (NR952)	13/10-22/11	一,三	19:00-20:00	保荣路体育馆	14+	65	15	6/9	
40611132 (NR953)	13/10-22/11	一,三	20:00-21:00	保荣路体育馆	14+	65	15	6/9	
40611134 (NW954)	4/10-10/11	一,三	14:00-15:00	和兴体育馆	14+	65	10	6/9	
40611137 (NW956)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	9:00-10:00	和兴体育馆	14+	65	10	6/9	
40611139 (NW957)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	10:00-11:00	和兴体育馆	14+	65	10	6/9	
40611140 (NW958)	6/10-12/11	三,五	9:00-10:00	和兴体育馆	14+	65	10	6/9	
<b>八段锦训练班</b>									
40611161 (NW969)	7/10-30/12 (14/10)除外	四	11:00-12:00	和兴体育馆	8+	80	15	7/9	
40611164 (NW970)	7/10-30/12 (14/10)除外	四	12:00-13:00	和兴体育馆	8+	80	15	7/9	
<b>儿童舞训练班</b>									
40611197 (NH984)	3/10-5/12	日	13:00-15:00	联和墟体育馆	4-11	60	10	1/9	
40611198 (NT985)	2/10-4/12	六	14:00-16:00	天平体育馆	4-11	60	10	1/9	
40611199 (NW986)	8/10-10/12	五	15:00-17:00	和兴体育馆	4-6	60	10	1/9	
40611201 (NW987)	10/10-12/12	日	10:00-12:00	和兴体育馆	4-11	60	10	1/9	
<b>中国舞训练班</b>									
40611202 (NH988)	5/10-7/12	二	13:00-15:00	联和墟体育馆	12+	45	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611203 (NH989)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	11:00-13:00	联和墟体育馆	12+	45	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611205 (NR990)	6/10-8/12	三	10:00-12:00	保荣路体育馆	12+	45	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
<b>社交舞之夜</b>									
40611277 (NR1047)	3/10	日	19:00-22:00	联和墟体育馆	6+	20	100	1/9	
<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>									
40611230 (NH1001)	12/10-23/11 (14/10)除外	二,四	20:00-21:00	联和墟体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611231 (NH1002)	12/10-23/11 (14/10)除外	二,四	21:00-22:00	联和墟体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611232 (NR1003)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	19:00-20:00	保荣路体育馆	15+	75	15	@13/9	
40611233 (NR1004)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	20:00-21:00	保荣路体育馆	15+	75	15	@13/9	
40611237 (NT1008)	8/10-17/11	三,五	14:00-15:00	天平体育馆	15+	75	6	@13/9	
40611238 (NT1009)	8/10-17/11	三,五	15:00-16:00	天平体育馆	15+	75	6	@13/9	
40611239 (NW1010)	2/10-30/10 (14/10)除外	二,四,六	9:00-10:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611240 (NW1011)	2/10-30/10 (14/10)除外	二,四,六	10:00-11:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611241 (NW1012)	11/10-5/11	一,三,五	19:00-20:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611242 (NW1013)	11/10-5/11	一,三,五	20:00-21:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611244 (NW1015)	12/10-23/11 (14/10)除外	二,四	14:00-15:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
40611245 (NW1016)	12/10-23/11 (14/10)除外	二,四	15:00-16:00	和兴体育馆	15+	75	10	@13/9	
<b>普及体操训练班</b>									
40611253 (NH1024)	3/10-5/12	日	15:00-17:00	联和墟体育馆	6+	54	6	3/9	
<b>爵士舞训练班</b>									
40611258 (NH1029)	2/10-4/12	六	14:00-16:00	联和墟体育馆	12+	70	15	2/9	
40611259 (NW1030)	8/10-10/12	五	19:00-21:00	和兴体育馆	12+	70	10	2/9	
<b>柔道训练班</b>									
40611260 (NH1031)	5/10-7/12	二	19:00-21:00	联和墟体育馆	6+	65	15	3/9	

40611261 (NR1032)	5/10-7/12	二	18:00-20:00	保荣路体育馆	6+	65	15	3/9	
40611264 (NW1034)	6/10-8/12	三	18:00-20:00	和兴体育馆	6+	65	10	3/9	
40611265 (NW1035)	9/10-11/12	六	14:00-16:00	和兴体育馆	6+	65	10	3/9	
<b>社交舞训练班</b>									
40611271 (NH1041)	3/10-5/12	日	20:00-22:00	联和墟体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
40611272 (NH1042)	8/10-10/12	五	16:00-18:00	联和墟体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
40611273 (NR1043)	5/10-7/12	二	14:00-16:00	保荣路体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
40611274 (NW1044)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
40611275 (NW1045)	8/10-10/12	五	11:00-13:00	和兴体育馆	14+	86	16	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
<b>社交舞训练班(技术改良班)</b>									
40611276 (NL1046)	13/10-15/12	三	16:00-18:00	天平体育馆	14+	86	10	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
<b>简易太极班</b>									
40611491 (NX1082)	4/10-29/10	一,三,五	19:00-20:00	沙头角游乐场	8+	54	15	3/9	
40611492 (NX1083)	4/10-29/10	一,三,五	20:00-21:00	沙头角游乐场	8+	54	15	3/9	
40611493 (NX1084)	4/10-29/10	一,三,五	7:00-8:00	保荣路游乐场	8+	54	15	3/9	
40611495 (NX1085)	4/10-29/10	一,三,五	8:00-9:00	保荣路游乐场	8+	54	15	3/9	
40611497 (NX1086)	4/10-29/10	一,三,五	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	3/9	
40611499 (NX1087)	4/10-29/10	一,三,五	7:00-8:00	联和墟游乐场	8+	54	15	3/9	
40611502 (NX1088)	4/10-29/10	一,三,五	8:00-9:00	联和墟游乐场	8+	54	15	3/9	
40611504 (NX1089)	2/10-30/10 (14/10)除外	二,四,六	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	3/9	
<b>西方土风舞训练班</b>									
40611472 (NW1067)	9/10-11/12	六	19:00-21:00	和兴体育馆	8+	45	10	9/9	
<b>瑜伽训练班</b>									
40611479 (NH1074)	2/10-4/12	六	12:00-14:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611480 (NH1075)	3/10-5/12	日	7:00-9:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611481 (NH1076)	13/10-15/12	三	13:00-15:00	联和墟体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611482 (NW1077)	9/10-11/12	六	8:00-10:00	和兴体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611483 (NW1078)	9/10-11/12	六	10:00-12:00	和兴体育馆	15+	85	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
<b>正确使用健身室设施简介会</b>									
40611183 (NH975)	2/10	六	9:00-12:00	联和墟体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611185 (NH976)	10/10	日	15:00-18:00	联和墟体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611187 (NR977)	2/10	六	14:00-17:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611189 (NR978)	10/10	日	10:00-13:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611191 (NT980)	10/10	日	15:00-18:00	天平体育馆	15+	免费	10	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611193 (NW981)	9/10	六	14:00-17:00	和兴体育馆	15+	免费	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
<b>身心伸展训练班</b>									
40611182 (NR974)	7/10-18/11 (14/10)除外	四,五	20:00-21:00	保荣路体育馆	15+	85	12	9/9	
<b>羽毛球训练班</b>									
40611147 (NR963)	22/10-24/12	五	14:00-16:00	保荣路体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611151 (NR964)	27/10-29/12	三	20:00-22:00	保荣路体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611153 (NW965)	5/10-7/12	二	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611155 (NW966)	6/10-8/12	三	9:00-11:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611157 (NW967)	6/10-8/12	三	18:00-20:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
40611159 (NW968)	11/10-13/12	一	13:00-15:00	和兴体育馆	7+	118	12	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	
<b>单线滚轴溜冰训练班</b>									
40611256 (NP1027)	17/10-19/12	日	16:00-18:00	北区公园	6+	55	10	10/9	
<b>壁球训练班</b>									
40611279 (NL1049)	5/10-23/11	二	19:00-21:00	和兴体育馆	18+	160	6	7/9	
40611280 (NL1050)	7/10-2/12 (14/10)除外	四	20:00-22:00	和兴体育馆	18+	160	6	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
<b>乒乓球训练班</b>									
40611457 (NH1051)	2/10-4/12	六	16:00-18:00	联和墟体育馆	14+	86	12	2/9	
40611458 (NW1052)	2/10-4/12	六	16:00-18:00	和兴体育馆	6+	86	12	2/9	
40611459 (NW1053)	5/10-7/12	二	18:00-20:00	和兴体育馆	6+	86	12	2/9	
40611460 (NH1054)	2/10-4/12	六	10:00-12:00	联和墟体育馆	6-13	86	12	2/9	
40611463 (NT1057)	4/10-6/12	一	16:00-18:00	天平体育馆(无空调)	6+	86	12	2/9	
40611464 (NT1058)	4/10-6/12	一	18:00-20:00	天平体育馆(无空调)	6+	86	12	2/9	
<b>室内网球训练班</b>									
40611465 (NW1059)	5/10-7/12	二	9:00-11:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	
40611466 (NW1060)	6/10-8/12	三	20:00-22:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	

40611467 (NW1061)	10/10-12/12	日	17:00-19:00	和兴体育馆	8-13	170	3	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉
40611468 (NW1062)	10/10-12/12	日	19:00-21:00	和兴体育馆	14+	170	3	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉
<b>围棋训练班 (第二阶段)</b>									
40611247 (NW1018)	2/10-6/11	六	18:00-20:00	和兴体育馆	6+	40	10	15/9	📄 i
<b>女子篮球训练班</b>									
40611177 (NL971)	2/10-4/12	六	12:00-14:00	和兴体育馆	10+	75	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	✉
<b>男子篮球训练班</b>									
40611179 (NL972)	2/10-4/12	六	10:00-12:00	和兴体育馆	10+	75	15	20/8-26/8 (2/9) {23/9}	✉
<b>第三十五届北区足球比赛(公开)</b>									
40610126 (Q-NG1064)	9/10-17/10	六,日	9:00-19:00	北区运动场	14+	60	16	23/8	👤
<b>第三十五届北区足球比赛(青年)</b>									
40610124 (Q-NG1065)	9/10-17/10	六,日	9:00-19:00	北区运动场	12-17	60	8	23/8	👤
<b>门球训练班</b>									
40611246 (NX1017)	9/10-27/11	六	9:00-11:00	百福田心游乐场	8+	54	7	10/9	📄 i
<b>运动攀登训练班</b>									
40611278 (NR1048)	3/10-10/10	日	12:00-18:00	保荣路体育馆	12+	40	4	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉
<b>儿童同乐日</b>									
40595850 (NX425)	17/10	日	10:00-13:00	北区公园	不限	免费	450	17/10	👤

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。

**长期病患者八段锦训练计划**

40606338 (NR829)	12/10-2/11	二	10:00-12:00	保荣路体育馆	18+	2	10/9	📄 i
------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	------	-----

**精神病康復者篮球训练计划**

40606339 (NR830)	6/10	三	12:00-14:00	保荣路体育馆	18+	2	10/9	📄 i
40606344 (NR835)	13/10	三	12:00-14:00	保荣路体育馆	18+	2	10/9	📄 i
40606351 (NR841)	20/10	三	12:00-14:00	保荣路体育馆	18+	2	10/9	📄 i
40606359 (NR849)	27/10	三	12:00-14:00	保荣路体育馆	18+	2	10/9	📄 i

**智障人士羽毛球训练计划**

40606343 (NR834)	10/10	日	10:00-11:00	保荣路体育馆	6-25	2	10/9	📄 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: 新申请者将获优先取录, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。

40611207 (NT991)	7/10-18/11 (14/10)除外	二,四	8:00-9:00	天平体育馆	6	@20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉
40611213 (NW993)	2/10-30/10 (14/10)除外	二,四,六	8:00-9:00	和兴体育馆	10	@20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉

**长者社交舞训练班**

40611226 (NL997)	7/10-16/12 (14/10)除外	四	13:00-15:00	天平体育馆	10	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉
40611227 (NL998)	8/10-10/12	五	14:00-16:00	天平体育馆	10	20/8-26/8 (2/9) {24/9}	✉

**活力长者计划-乒乓球同乐**

40611219 (NT996)	5/10-28/10 (14/10)除外	二,四	8:00-10:00	天平体育馆	15	5/10-28/10	即场报名
------------------	-------------------------	-----	------------	-------	----	------------	------

**活力长者计划-门球自我锻鍊同乐**

40611215 (NW994)	5/10-26/10	二	13:00-15:00	和兴体育馆	7	5/10-26/10	即场报名
40611217 (NW995)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	13:00-15:00	和兴体育馆	7	7/10-28/10	即场报名