

**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**

东区

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>									
40608354 (EN0921)	8/10-10/12	五	19:00-21:00	小西湾运动场	16+	130	20	10/9	
<b>成人胸泳训练班 (第一阶段)</b>									
40597810 (EN0380)	5/10-9/11 (14/10)除外	二,四	19:00-20:00	小西湾游泳池(训练池 TP2)	18+	100	8	6/9	
40597811 (EN0381)	5/10-9/11 (14/10)除外	二,四	20:00-21:00	小西湾游泳池(训练池 TP2)	18+	100	8	6/9	
<b>儿童捷泳训练班 (第二阶段)</b>									
40597809 (EN0379)	4/10-5/11	一,五	20:00-21:00	小西湾游泳池(训练池 TP2)	5-8	100	10	3/9	
<b>儿童胸泳训练班 (第二阶段)</b>									
40597808 (EN0378)	4/10-5/11	一,五	19:00-20:00	小西湾游泳池(训练池 TP2)	5-8	100	10	3/9	
<b>健美舞训练班</b>									
40608364 (EN0930)	28/10-7/12	二,四	15:00-16:00	港岛东体育馆	14+	65	15	27/9	
40608365 (EN0931)	28/10-7/12	二,四	16:00-17:00	港岛东体育馆	14+	65	15	27/9	
40608381 (EN0942)	4/10-3/11 (13/10,27/10)除外	一,三,五	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	2/9	
40608382 (EN0943)	4/10-3/11 (13/10,27/10)除外	一,三,五	8:00-9:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	2/9	
40608383 (EN0944)	4/10-3/11 (13/10,27/10)除外	一,三,五	9:00-10:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	2/9	
40608385 (EN0945)	4/10-3/11 (13/10,27/10)除外	一,三,五	10:00-11:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	2/9	
40608386 (EN0946)	4/10-3/11 (13/10,27/10)除外	一,三,五	11:00-12:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	2/9	
40608387 (EN0947)	25/10-3/12	一,五	18:00-19:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	23/9	
40608388 (EN0948)	25/10-3/12	一,五	19:00-20:00	鲗鱼涌体育馆	14+	65	15	23/9	
40608481 (EN0996)	29/10-8/12	三,五	19:00-20:00	港岛东体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608482 (EN0997)	29/10-8/12	三,五	20:00-21:00	港岛东体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608483 (EN0998)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	19:00-20:00	港岛东体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608484 (EN0999)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	20:00-21:00	港岛东体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608489 (EN1002)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	7:00-8:00	柴湾体育馆	14+	65	15	3/9	
40608490 (EN1003)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	8:00-9:00	柴湾体育馆	14+	65	15	3/9	
40608491 (EN1004)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	19:00-20:00	柴湾体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608492 (EN1005)	5/10-16/11	二,四	20:00-21:00	柴湾体育馆	14+	65	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608519 (EN1029)	11/10-5/11	一,三,五	14:00-15:00	小西湾体育馆	14+	65	15	9/9	
40608520 (EN1030)	11/10-5/11	一,三,五	15:00-16:00	小西湾体育馆	14+	65	15	9/9	
<b>八段锦训练班</b>									
40608521 (EN1031)	22/10-17/11	一,三,五	20:00-21:00	北角街市天台儿童游乐场	8+	80	15	21/9	
40608523 (EN1032)	22/10-17/11	一,三,五	8:00-9:00	杏花村游乐场	8+	80	15	21/9	
<b>儿童舞训练班</b>									
40608513 (EN1025)	6/10-8/12	三	17:00-19:00	小西湾体育馆	4-11	60	10	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
<b>中国舞训练班</b>									
40608392 (EN0951)	9/10-11/12	六	16:00-18:00	鲗鱼涌体育馆	12+	45	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608393 (EN0952)	5/10-9/11 (14/10)除外	二,四	13:00-15:00	鲗鱼涌体育馆	12+	45	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
<b>器械健身训练班</b>									
<p>④ 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,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>									
40608395 (EN0954)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	14:00-15:00	鲗鱼涌体育馆	15+	75	15	@31/8	
40608396 (EN0955)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	15:00-16:00	鲗鱼涌体育馆	15+	75	15	@31/8	
40608397 (EN0956)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	9:00-10:00	鲗鱼涌体育馆	15+	75	15	@31/8	
40608398 (EN0957)	5/10-16/11 (14/10)除外	二,四	10:00-11:00	鲗鱼涌体育馆	15+	75	15	@31/8	
40608493 (EN1006)	20/10-19/11 (25/10,8/11)除外	一,三,五	7:00-8:00	柴湾体育馆	15+	75	15	@15/9	
40608494 (EN1007)	20/10-19/11 (25/10,8/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	柴湾体育馆	15+	75	15	@15/9	
40608495 (EN1008)	15/10-10/11	一,三,五	19:00-20:00	柴湾体育馆	15+	75	15	@15/9	
40608496 (EN1009)	15/10-10/11	一,三,五	20:00-21:00	柴湾体育馆	15+	75	15	@15/9	
<b>社交舞训练班</b>									
40608399 (EN0958)	8/10-10/12	五	20:00-22:00	鲗鱼涌体育馆	14+	86	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
40608515 (EN1026)	12/10-14/12	二	20:00-22:00	小西湾体育馆	14+	86	16	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	
<b>西方土风舞训练班</b>									
40608394 (EN0953)	4/10-6/12	一	15:00-17:00	鲗鱼涌体育馆	14+	45	15	1/9	

<b>瑜伽训练班</b>										
40608402 (EN0961)	9/10-11/12	六	18:00-20:00	鲗鱼涌体育馆	15+	85	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
<b>正确使用健身室设施简介会</b>										
40608390 (EN0949)	9/10	六	14:30-17:30	鲗鱼涌体育馆	15+	免费	12	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608391 (EN0950)	17/10	日	10:30-13:30	鲗鱼涌体育馆	15+	免费	12	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608498 (EN1011)	9/10	六	14:30-17:30	柴湾体育馆	15+	免费	12	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
<b>身心伸展训练班</b>										
40608400 (EN0959)	7/10-30/12 (14/10)除外	四	18:00-19:00	鲗鱼涌体育馆	15+	85	12	8/9	☒	i
40608401 (EN0960)	7/10-30/12 (14/10)除外	四	19:00-20:00	鲗鱼涌体育馆	15+	85	12	8/9	☒	i
<b>箭艺同乐日</b>										
40608346 (EN0916)	16/10	六	9:00-10:00	小西湾运动场	8+	免费	12	13/9	☒	i
40608348 (EN0917)	16/10	六	10:00-11:00	小西湾运动场	8+	免费	12	13/9	☒	i
40608349 (EN0918)	16/10	六	11:00-12:00	小西湾运动场	8+	免费	12	13/9	☒	i
<b>箭艺训练班</b>										
40608351 (EN0919)	8/10-10/12	五	16:00-18:00	小西湾运动场	6+	70	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608353 (EN0920)	23/10-15/1 (6/11,25/12,1/1)除外	六	10:00-12:00	小西湾运动场	6+	70	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
<b>羽毛球训练班</b>										
40608368 (EN0932)	5/10-9/11 (14/10)除外	二,四	9:00-11:00	港岛东体育馆	7+	118	12	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608512 (EN1024)	18/10-19/11	一,五	19:00-21:00	小西湾体育馆	7+	118	12	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
<b>室内草地滚球训练班</b>										
40608371 (EN0934)	4/10-1/11 (14/10)除外	一,四	19:00-21:00	港岛东体育馆	8+	54	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608372 (EN0935)	4/10-1/11 (14/10)除外	一,四	19:00-21:00	港岛东体育馆	8+	54	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608374 (EN0936)	12/10-5/11	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608375 (EN0937)	12/10-5/11	二,五	9:00-11:00	港岛东体育馆	8+	54	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
<b>壁球训练班</b>										
40608403 (EN0962)	27/10-19/11	三,五	19:00-21:00	鲗鱼涌体育馆	7+	160	6	28/9	☒	i
<b>网球训练班</b>										
40608411 (EN0970)	12/10-12/11	二,五	19:00-21:00	柴湾公园网球场	8+	170	9	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	
40608450 (EN0974)	6/10-8/12	三	18:00-20:00	鲗鱼涌公园	8+	170	9	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒	

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。

**长期病患者健体舞训练计划**

40608530 (EN1037)	2/10-20/11	六	15:00-16:00	鲗鱼涌体育馆	18+	2	7/9	☒	i
-------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	-----	---	---

**长期病患者器械健体训练计划**

40608531 (EN1038)	11/10-29/11	一	19:00-20:00	鲗鱼涌体育馆	18-70	2	8/9	☒	i
-------------------	-------------	---	-------------	--------	-------	---	-----	---	---

**精神病康复者/智障人士羽毛球训练计划**

40608525 (EN1033)	7/10-4/11 (14/10)除外	四	14:00-16:00	柴湾体育馆	15+	2	8/9	☒	i
-------------------	---------------------	---	-------------	-------	-----	---	-----	---	---

**智障人士门球训练计划**

40608528 (EN1035)	2/10-23/10	六	10:00-12:00	柴湾体育馆	14+	2	31/8	☒	i
-------------------	------------	---	-------------	-------	-----	---	------	---	---

**肢体伤残人士瑜伽训练计划**

40608532 (EN1039)	8/10-26/11	五	19:00-21:00	小西湾体育馆	8+	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
------------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

**长者康体汇叙 - 八段锦**

40608503 (EN1016)	6/10-27/10	三	8:00-10:00	柴湾体育馆	35	6/10-27/10	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

**长者中国舞训练班**

40608500 (EN1013)	6/10-8/12	三	11:00-13:00	柴湾体育馆	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒
-------------------	-----------	---	-------------	-------	----	---------------------------	---

**长者健体训练班**

40608404 (EN0963)	28/10-27/11	二,四,六	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒
-------------------	-------------	-------	-----------	--------	----	---------------------------	---

40608405 (EN0964)	28/10-27/11	二,四,六	8:00-9:00	鲗鱼涌体育馆	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	☒
-------------------	-------------	-------	-----------	--------	----	---------------------------	---

**长者普及体操训练班**

40608370 (EN0933)	4/10-25/10	一,三,五	14:00-16:00	港岛东体育馆	6	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	✉
长者康体汇叙 - 社交舞							
40608517 (EN1028)	8/10-29/10	五	8:00-10:00	小西湾体育馆	16	8/10-29/10	即场报名
长者社交舞训练班							
40608486 (EN1000)	8/10-10/12	五	13:00-15:00	港岛东体育馆	16	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	✉
长者简易太极训练班							
40608406 (EN0965)	4/10-12/11	一,五	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	15	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	✉
40608499 (EN1012)	13/10-12/11 (25/10,8/11)除外	一,三,五	7:00-8:00	鲗鱼涌体育馆	30	18/8-24/8 (7/9) {29/9}	✉
长者康体汇叙 - 羽毛球							
40608502 (EN1015)	5/10-26/10	二	10:00-12:00	柴湾体育馆	16	5/10-26/10	即场报名
长者康体汇叙 - 乒乓球							
40608516 (EN1027)	7/10-28/10 (14/10)除外	四	8:00-10:00	小西湾体育馆	18	7/10-28/10	即场报名
长者康体汇叙 - 门球							
40608505 (EN1018)	8/10-29/10	五	8:00-10:00	柴湾体育馆	15	8/10-29/10	即场报名