

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年11月份康乐体育活动一览表

屯门区

活动编号(班号)	日期	星期	时间	地点	年龄	费用(\$)	名额	报名/报表日期 (抽籤日期) (公开候补日期)	报名方式
成人捷泳训练班(第一阶段)									
40594433	2/11-2/12	二,四	19:00-20:00	屯门西北游泳池	18+	100	8	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
40594435	15/11-17/12	一,五	10:00-11:00	屯门西北游泳池	18+	100	8	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
成人胸泳训练班(第一阶段)									
40594434	2/11-2/12	二,四	20:00-21:00	屯门西北游泳池	18+	100	8	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
健体舞训练班									
40594437	12/11-8/12	一,三,五	18:00-19:00	兆麟体育馆	14+	65	15	7/10	☒ i
40594438	12/11-8/12	一,三,五	19:00-20:00	兆麟体育馆	14+	65	15	7/10	☒ i
40594441	23/11-30/12	二,四	8:00-9:00	兆麟体育馆	14+	65	15	15/10	☒ i
40594442	23/11-30/12	二,四	9:00-10:00	兆麟体育馆	14+	65	15	15/10	☒ i
中国舞训练班									
40594445	2/11-11/1 (21/12)除外	二	19:00-21:00	兆麟体育馆	12+	45	15	4/10	☒ i
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。</p>									
40594446	5/11-1/12	一,三,五	19:00-20:00	兆麟体育馆	15+	75	12	@6/10	☒ i
40594447	5/11-1/12	一,三,五	20:00-21:00	兆麟体育馆	15+	75	12	@6/10	☒ i
40594448	22/11-17/12	一,三,五	15:00-16:00	兆麟体育馆	15+	75	12	@8/10	☒ i
40594634	16/11-11/12	二,四,六	8:00-9:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	10	@5/10	☒ i
40594635	16/11-11/12	二,四,六	9:00-10:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	10	@5/10	☒ i
爵士舞训练班									
40594452	14/11-23/1 (26/12)除外	日	10:00-12:00	良田体育馆	12+	70	10	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
40594453	12/11-28/1 (24/12,31/12)除外	五	21:00-23:00	兆麟体育馆	12+	70	15	6/10	☒ i
社交舞训练班									
40594454	9/11-18/1 (21/12)除外	二	16:00-18:00	兆麟体育馆	14+	86	16	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
瑜伽训练班									
40594455	4/11-7/12	二,四	7:00-9:00	大兴体育馆	15+	85	10	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
40594456	4/11-7/12	二,四	9:00-11:00	大兴体育馆	15+	85	10	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
正确使用健身室设施简介									
40594513	7/11	日	8:00-11:00	兆麟体育馆	15+	免费	12	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
40594514	14/11	日	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	10	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
40594515	9/11	二	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	12	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
40594517	20/11	六	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	10	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
身心伸展训练班									
40592801	10/11-26/1	三	20:00-21:00	兆麟体育馆	15+	85	12	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
40592802	10/11-26/1	三	21:00-22:00	兆麟体育馆	15+	85	12	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☒
40594443	10/11-17/12	三,五	19:00-20:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	12	11/10	☒ i
40594444	10/11-17/12	三,五	20:00-21:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	12	11/10	☒ i
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40594520	6/11-11/12	六	9:00-11:00	大兴体育馆	7+	73	12	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
草地滚球训练班									
40594521	1/11-25/11	一,四	20:00-22:00	湖山草地滚球场	8+	54	6	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
40594522	23/11-17/12	二,五	20:00-22:00	湖山草地滚球场	8+	54	6	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
壁球训练班									
40594523	4/11-30/11	二,四	19:30-21:30	屯门游泳池壁球场	7+	160	6	4/10	☒ i
乒乓球训练班									
40594524	2/11-4/1	二	19:00-21:00	大兴体育馆	14+	86	12	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
40594526	4/11-6/1	四	19:00-21:00	兆麟体育馆	14+	86	12	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
儿童乒乓球训练班									
40594525	4/11-6/1	四	17:00-19:00	兆麟体育馆	6-13	86	10	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☒
网球同乐日									
40594536	10/11	三	18:00-19:00	青善游乐场	8+	免费	6	8/10	☒ i
40594537	10/11	三	19:00-20:00	青善游乐场	8+	免费	6	8/10	☒ i

40594538	10/11	三	20:00-21:00	青善游乐场	8+	免费	6	8/10	☎ i
40594539	28/11	日	14:00-15:00	青善游乐场	8+	免费	6	15/10	☎ i
40594540	28/11	日	15:00-16:00	青善游乐场	8+	免费	6	15/10	☎ i
40594541	28/11	日	16:00-17:00	青善游乐场	8+	免费	6	15/10	☎ i
成人网球训练班									
40594527	16/11-17/12	二,五	19:00-21:00	青善游乐场	18+	170	9	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☎
40594530	22/11-23/12	一,四	19:00-21:00	屯门邓肇坚运动场网球场	18+	170	9	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☎
40594531	22/11-23/12	一,四	20:00-22:00	青善游乐场	18+	170	9	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☎
网球训练班									
40594529	22/11-23/12	一,四	9:00-11:00	青善游乐场	8+	170	9	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☎
中级网球训练班									
40594528	17/11-17/12	三,五	20:00-22:00	屯门邓肇坚运动场网球场	8+	170	9	4/10-8/10 (15/10) {2/11}	☎
板球同乐日									
40594550	21/11	日	10:00-13:00	杨景游乐场	6+	免费	15	5/10	☎ i
门球同乐日									
40594551	7/11	日	8:00-9:00	新和里游乐场	8+	免费	7	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎
40594552	7/11	日	9:00-10:00	新和里游乐场	8+	免费	7	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎
40594553	21/11	日	8:00-9:00	新和里游乐场	8+	免费	7	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎
40594554	21/11	日	9:00-10:00	新和里游乐场	8+	免费	7	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎
运动攀登训练班									
40615093	14/11-21/11	日	12:00-18:00	兆麟体育馆	12+	40	4	5/10	☎ i
园艺讲座-仙人掌种植讲座									
40615171	6/11	六	10:00-12:00	大兴体育馆	16+	30	15	5/10	☎ 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)									
40594557	15/11-17/12	一,五	11:00-12:00	屯门西北游泳池	8	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎		
长者健体训练班									
40594560	18/11-18/12	二,四,六	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	10	4/10-8/10 (15/10){2/11}	☎		
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。									
40594558	16/11-11/12	二,四,六	7:00-8:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	10	@4/10-8/10 (15/10){2/11}	☎		
40594561	22/11-17/12	一,三,五	14:00-15:00	兆麟体育馆	12	@4/10-8/10 (15/10){2/11}	☎		
活力长者计划-健体操同乐									
40594581	4/11-25/11	四	8:00-10:00	良田体育馆	15	24/9-30/9 (7/10) {26/10}	☎		
活力长者计划-棋乒乐无穷									
40594584	4/11-25/11	四	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	4/11-25/11	即场报名		
40594585	4/11-25/11	四	11:00-12:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	4/11-25/11	即场报名		
40594586	4/11-25/11	四	12:00-13:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	4/11-25/11	即场报名		
40594587	5/11-26/11	五	13:00-14:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/11-26/11	即场报名		
40594588	5/11-26/11	五	14:00-15:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/11-26/11	即场报名		
40594589	5/11-26/11	五	15:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	8	5/11-26/11	即场报名		
活力长者计划-羽毛球同乐									
40594566	1/11-29/11	一	7:00-8:00	兆麟体育馆	12	1/11-29/11	即场报名		
40594567	1/11-29/11	一	8:00-9:00	兆麟体育馆	12	1/11-29/11	即场报名		
40594568	1/11-29/11	一	9:00-10:00	兆麟体育馆	12	1/11-29/11	即场报名		
活力长者计划-草地滚球同乐									
40594582	4/11-25/11	四	9:00-10:00	湖山草地滚球场	12	4/11-25/11	即场报名		
40594583	4/11-25/11	四	10:00-11:00	湖山草地滚球场	12	4/11-25/11	即场报名		
活力长者计划-草地滚球自习计划									
40594577	3/11-24/11	三	9:00-10:00	湖山草地滚球场	18	3/11-24/11	即场报名		
40594578	3/11-24/11	三	10:00-11:00	湖山草地滚球场	18	3/11-24/11	即场报名		
活力长者计划-门球同乐									
40594574	3/11-24/11	三	7:00-8:00	大兴体育馆	10	12/10	☎ i		

40594575	3/11-24/11	三	8:00-9:00	大兴体育馆	10	12/10	品 i
长者门球训练班							
40594559	17/11-10/12	三,五	8:00-10:00	新和里游乐场	7	4/10	品 i