

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

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/投表日期 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
健体舞训练班									
40613823 (YL1200-21)	3/11-10/12	三,五	8:00-9:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	30/9	
40613824 (YL1201-21)	3/11-10/12	三,五	9:00-10:00	凤琴街体育馆	14+	65	10	30/9	
40613826 (YL1195-21)	2/11-9/12	二,四	18:00-19:00	天水围体育馆	14+	65	15	28/9	
40613828 (YL1196-21)	2/11-9/12	二,四	19:00-20:00	天水围体育馆	14+	65	15	28/9	
40613829 (YL1235-21)	11/11-30/12 (16/11,7/12,21/12)除外	二,四	8:00-9:00	天水围体育馆	14+	65	15	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613831 (YL1236-21)	11/11-30/12 (16/11,7/12,21/12)除外	二,四	9:00-10:00	天水围体育馆	14+	65	15	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
八段锦训练班									
40613843 (YL1279-21)	26/11-12/1 (24/12,31/12)除外	三,五	8:00-9:00	天水围体育馆	8+	80	15	11/10	
器械健体训练班									
<p>④ 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:新申请者将获优先录取,余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40613853 (YL1233-21)	11/11-23/12 (21/12)除外	二,四	20:00-21:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@30/9	
40613854 (YL1234-21)	11/11-23/12 (21/12)除外	二,四	21:00-22:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@30/9	
40613855 (YL1264-21)	19/11-15/12	一,三,五	15:00-16:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@6/10	
40613857 (YL1265-21)	19/11-7/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,五	19:00-20:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@4/10	
40613858 (YL1266-21)	19/11-7/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,五	20:00-21:00	朗屏体育馆	15+	75	15	@4/10	
40613859 (YL1165-21)	1/11-8/12	一,三	17:00-18:00	天水围体育馆	15+	75	15	@27/9	
40613860 (YL1166-21)	1/11-8/12	一,三	18:00-19:00	天水围体育馆	15+	75	15	@27/9	
水中健体训练班									
40613875 (YL1193-21)	2/11-16/12	二,四	9:00-10:00	屏山天水围游泳池	14+	80	15	29/9	
爵士舞训练班									
40613877 (YL1164-21)	1/11-10/1 (27/12)除外	一	20:00-22:00	朗屏体育馆	12+	70	15	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
柔道训练班									
40613878 (YL1192-21)	2/11-11/1 (21/12)除外	二	18:00-20:00	朗屏体育馆	6+	65	15	28/9	
简易太极班									
40612169 (YL1707-21)	12/11-8/12	一,三,五	7:00-8:00	凤琴街体育馆	6+	54	15	7/10	
简易太极训练班									
40611716 (YL1711-21)	2/11-27/11	二,四,六	6:30-7:30	大桥街市休憩处	6+	54	15	27/9	
40612162 (YL1695-21)	1/11-26/11	一,三,五	20:30-21:30	天水围运动场	6+	54	15	27/9	
40612166 (YL1704-21)	2/11-27/11	二,四,六	7:00-8:00	上村公园足球场	6+	54	15	27/9	
40614020 (YL1743-21)	12/11-8/12	一,三,五	7:00-8:00	天水围公园(3号篮球场)	6+	54	15	7/10	
40614022 (YL1734-21)	1/11-26/11	一,三,五	7:00-8:00	天水围公园(5号足球场)	6+	54	15	30/9	
40614023 (YL1151-21)	1/11-26/11	一,三,五	7:00-8:00	元朗大球场	6+	54	15	28/9	
40614039 (YL1226-21)	1/11-26/11	一,三,五	18:30-19:30	大桥街市休憩处	6+	54	15	30/9	
40614040 (YL1229-21)	1/11-26/11	一,三,五	7:00-8:00	朗屏村(房屋署前篮球场)	6+	54	15	5/10	
40614041 (YL1230-21)	1/11-26/11	一,三,五	7:30-8:30	横台山游乐场	6+	54	15	7/10	
太极剑同乐日									
40614044 (YL1689-21)	4/11-30/11	二,四	7:00-8:00	天水围公园(3号篮球场)	6+	免费	20	29/9	
40614045 (YL1757-21)	4/11-30/11	二,四	7:00-8:00	元朗大球场	6+	免费	20	28/9	
40614046 (YL1232-21)	1/11-24/11	一,三	6:30-7:30	大桥街市休憩处	6+	免费	20	5/10	
正确使用健身室设施简介									
40613867 (YL1216-21)	7/11	日	15:00-18:00	朗屏体育馆	15+	免费	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613868 (YL1246-21)	14/11	日	9:00-12:00	天水围体育馆	15+	免费	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
羽毛球训练班									
40613834 (YL1220-21)	8/11-9/12	一,四	19:00-21:00	凤琴街体育馆	7+	118	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613837 (YL1197-21)	2/11-3/12	二,五	20:00-22:00	朗屏体育馆	7+	118	9	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613838 (YL1222-21)	8/11-9/12	一,四	9:00-11:00	天水围体育馆	7+	118	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613840 (YL1225-21)	9/11-9/12	二,四	20:00-22:00	天水围体育馆	7+	118	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
壁球训练班									
40613881 (YL1276-21)	23/11-16/12	二,四	19:30-21:30	大桥街市休憩处	7+	160	6	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	
40613882 (YL1259-21)	17/11-10/12	三,五	20:00-22:00	天水围体育馆	7+	160	6	5/10	
40613883 (YL1263-21)	18/11-14/12	二,四	21:00-23:00	天水围体育馆	7+	160	6	6/10	
40613884 (YL1275-21)	22/11-16/12	一,四	19:30-21:30	元朗赛马会壁球场	7+	160	6	6/10	

乒乓球训练班

40614053 (YL1219-21)	8/11-9/12	一,四	16:00-18:00	凤琴街体育馆	6+	86	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614054 (YL1237-21)	12/11-15/12	三,五	17:00-19:00	屏山天水围体育馆	6+	86	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614055 (YL1198-21)	2/11-2/12	二,四	19:00-21:00	天水围体育馆	6+	86	12	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒

网球训练班

40614047 (YL1221-21)	8/11-9/12	一,四	19:00-21:00	西菁街网球场	8+	170	9	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614048 (YL1258-21)	17/11-19/1	三	9:00-11:00	西菁街网球场	8+	170	9	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614049 (YL1267-21)	19/11-21/1	五	9:00-11:00	西菁街网球场	8+	170	9	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614050 (YL1274-21)	21/11-23/1	日	19:00-21:00	西菁街网球场	8+	170	9	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614051 (YL1169-21)	29/11-3/1 (27/12)除外	一,三	19:00-21:00	天水围公园	8+	170	6	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
40614052 (YL1210-21)	30/11-4/1 (21/12)除外	二,五	20:00-22:00	天水围公园	8+	170	6	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒

普及体育推广计划 - 门球同乐日

40613874 (YL1244-21)	13/11	六	9:00-11:00	元朗公园	8+	免费	7	4/10	☒ i
----------------------	-------	---	------------	------	----	----	---	------	-----

社区园圃计划*

40613850 (YL0987-21)	27/11-23/4 (25/12,1/1,16/4)除外	六	14:00-17:00	天业路社区园圃	12+	400	30	21/9-27/9 (6/10) {26/10}	☒
----------------------	-------------------------------	---	-------------	---------	-----	-----	----	-----------------------------	---

网上互动课 - 身心伸展

40615157 (YL1783-21)	8/11-12/11	一,三,五	20:00-21:00	互联网. 活动前30分钟登入: zoom.us/join	15+	20	50	18/10	☒ 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。

视障人士徒手健体训练班

40596119 (YL1673-21)	1/11-13/12	一	15:00-17:00	天水围体育馆	14+	8	17/9	☒ i
----------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	------	-----

智障人士地板曲棍球训练班

40596112 (YL1671-21)	1/11-29/11	一	16:00-18:00	圆洲角体育馆	8+	10	17/9	☒ 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。

40613861 (YL1254-21)	17/11-29/12 (24/12)除外	三,五	7:00-8:00	朗屏体育馆	15	@21/9-27/9 (6/10){26/10}	☒
40613862 (YL1255-21)	17/11-29/12 (24/12)除外	三,五	8:00-9:00	朗屏体育馆	15	@21/9-27/9 (6/10){26/10}	☒
40613865 (YL1202-21)	3/11-10/12	三,五	8:00-9:00	天水围体育馆	15	@21/9-27/9 (6/10){26/10}	☒
40613866 (YL1203-21)	3/11-10/12	三,五	9:00-10:00	天水围体育馆	15	@21/9-27/9 (6/10){26/10}	☒

长者水中健体训练班

40613876 (YL1194-21)	2/11-16/12	二,四	10:00-11:00	屏山天水围游泳池	15	29/9	☒ i
----------------------	------------	-----	-------------	----------	----	------	-----

活力长者计划 - 乒乓球同乐

40614056 (YL1167-21)	1/11-22/11	一	9:00-10:00	屏山天水围体育馆	12	28/9	☒ i
40614057 (YL1168-21)	1/11-22/11	一	10:00-11:00	屏山天水围体育馆	12	28/9	☒ i
40614058 (YL1277-21)	24/11-15/12	三	9:00-10:00	天水围体育馆	12	11/10	☒ i
40614059 (YL1278-21)	24/11-15/12	三	10:00-11:00	天水围体育馆	12	11/10	☒ i

活力长者计划 - 健体同乐

40614194 (YL1206-21)	3/11-24/11	三	14:00-15:00	朗屏体育馆	15	28/9	☒ i
----------------------	------------	---	-------------	-------	----	------	-----

活力长者计划 - 社交舞同乐

40613880 (YL1205-21)	3/11-24/11	三	15:00-16:00	朗屏体育馆	16	29/9	☒ i
----------------------	------------	---	-------------	-------	----	------	-----

活力长者计划 - 门球同乐

40613869 (YL1214-21)	1/11-15/11	一,三	7:00-9:00	天水围公园	7	30/9	☒ i
40613870 (YL1188-21)	1/11-15/11	一,四	7:00-9:00	元朗公园	7	29/9	☒ i

活力长者计划 - 羽毛球同乐

40613841 (YL1280-21)	26/11-17/12	五	9:00-10:00	天水围体育馆	12	12/10	☒ i
40613842 (YL1281-21)	26/11-17/12	五	10:00-11:00	天水围体育馆	12	12/10	☒ i