

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

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 (抽签日期) [公开候补日期]	报名方式
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录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。									
40614507 (NH1121)	9/11-16/12	二,四	9:00-10:00	联和墟体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614508 (NH1122)	9/11-16/12	二,四	10:00-11:00	联和墟体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614509 (NR1123)	3/11-10/12	三,五	9:00-10:00	保荣路体育馆	15+	75	15	@11/10	
40614510 (NR1124)	3/11-10/12	三,五	10:00-11:00	保荣路体育馆	15+	75	15	@11/10	
40614511 (NW1125)	16/11-11/12	二,四,六	9:00-10:00	和兴体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614512 (NW1126)	16/11-11/12	二,四,六	10:00-11:00	和兴体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614513 (NW1127)	22/11-17/12	一,三,五	14:00-15:00	和兴体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614515 (NW1129)	22/11-17/12	一,三,五	19:00-20:00	和兴体育馆	15+	75	10	@11/10	
40614516 (NW1130)	22/11-17/12	一,三,五	20:00-21:00	和兴体育馆	15+	75	10	@11/10	
简易太极班									
40615144 (NX1155)	3/11-29/11	一,三,五	19:00-20:00	沙头角游乐场	8+	54	15	7/10	
40615146 (NX1156)	3/11-29/11	一,三,五	20:00-21:00	沙头角游乐场	8+	54	15	7/10	
40615147 (NX1157)	3/11-29/11	一,三,五	7:00-8:00	保荣路游乐场	8+	54	15	7/10	
40615148 (NX1158)	3/11-29/11	一,三,五	8:00-9:00	保荣路游乐场	8+	54	15	7/10	
40615149 (NX1159)	3/11-29/11	一,三,五	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	7/10	
40615150 (NX1160)	4/11-30/11	二,四,六	8:00-9:00	和兴游乐场2号篮球场	8+	54	15	8/10	
40615151 (NX1161)	3/11-29/11	一,三,五	7:00-8:00	联和墟游乐场	8+	54	15	7/10	
40615153 (NX1162)	3/11-29/11	一,三,五	8:00-9:00	联和墟游乐场	8+	54	15	7/10	
正确使用健身室设施简介会									
40614488 (NH1102)	7/11	日	15:00-18:00	联和墟体育馆	15+	免费	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614489 (NR1103)	6/11	六	14:00-17:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614490 (NR1104)	14/11	日	10:00-13:00	保荣路体育馆	15+	免费	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614491 (NT1105)	7/11	日	10:00-13:00	天平体育馆	15+	免费	10	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614493 (NW1107)	13/11	六	14:00-17:00	和兴体育馆	15+	免费	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
身心伸展训练班									
40614486 (NL1100)	22/11-21/2 (27/12,31/1)除外	一	18:00-19:00	保荣路体育馆	15+	85	12	21/10	
乒乓球训练班									
40611461 (NT1055)	7/11-23/1 (19/12,26/12)除外	日	9:00-11:00	天平体育馆(无空调)	6+	86	12	5/10	
40611462 (NT1056)	7/11-23/1 (19/12,26/12)除外	日	15:00-17:00	天平体育馆(无空调)	6+	86	12	5/10	
40614529 (NH1143)	2/11-4/12	二,六	20:00-22:00	联和墟体育馆	6+	86	12	5/10	
40614530 (NH1144)	15/11-16/12	一,四	19:00-21:00	联和墟体育馆	6+	86	12	5/10	
40614531 (NH1145)	16/11-16/12	二,四	10:00-12:00	联和墟体育馆	14+	86	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614532 (NH1146)	17/11-17/12	三,五	9:00-11:00	联和墟体育馆	14+	86	12	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
网球训练班									
40614533 (NG1147)	26/11-28/1	五	9:00-11:00	北区运动场	14+	170	9	13/10	
40614534 (NG1148)	26/11-18/2 (24/12,31/12,4/2)除外	五	20:00-22:00	北区运动场	14+	170	9	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614535 (NG1149)	28/11-6/2 (26/12)除 外	日	17:00-19:00	北区运动场	14+	170	9	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614536 (NG1150)	28/11-6/2 (26/12)除 外	日	19:00-21:00	北区运动场	14+	170	9	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
40614537 (NG1151)	30/11-15/2 (21/12,1/2)除外	二	20:00-22:00	北区运动场	14+	170	9	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
手球同乐日									
40614522 (NP1136)	20/11	六	15:00-17:00	北区公园	11-18	免费	20	20/11	即场报名
运动攀登训练班									
40614528 (NR1142)	7/11-14/11	日	12:00-18:00	保荣路体育馆	12+	40	4	20/9-26/9 (4/10) {26/10}	
残疾人士活动编号									
班号	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。									
长期病患者器械健身训练计划									
40606370 (NR860)	4/11-23/12	四	10:00-11:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10		
长期病患者身心伸展训练计划									

40606365 (NR855)	9/11-4/1 (28/12) 除外	二	10:00-11:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
精神病康復者身心伸展训练班								
40596109 (NX193)	14/11-19/12	日	16:00-18:00	保荣路体育馆	15+	8	17/9	
精神病康復者身心伸展训练计划								
40606364 (NR854)	2/11	二	12:00-14:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
40606371 (NR861)	9/11	二	11:00-13:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
40606378 (NR868)	16/11	二	11:00-13:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
40606387 (NR874)	23/11	二	11:00-13:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
40606394 (NR879)	30/11	二	11:00-13:00	保荣路体育馆	18+	2	4/10	
精神病康復者篮球训练计划								
40606366 (NR856)	3/11	三	12:00-14:00	和兴体育馆	18+	2	4/10	
40606372 (NR862)	10/11	三	12:00-14:00	和兴体育馆	18+	2	4/10	
40606379 (NR869)	17/11	三	12:00-14:00	和兴体育馆	18+	2	4/10	
长者活动编号 (班号) (供60岁或以上人士参加, 费用全免)								
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	
长者徒手健体训练班								
40614499 (NH1113)	12/11-29/12	三,五	8:00-9:00	联和墟体育馆	15	20/9-26/9 (4/10) {26/10}		
40614500 (NH1114)	12/11-29/12	三,五	9:00-10:00	联和墟体育馆	15	20/9-26/9 (4/10) {26/10}		
40614502 (NR1116)	2/11-16/12	二,四	7:00-8:00	保荣路体育馆	15	20/9-26/9 (4/10) {26/10}		
40614503 (NR1117)	2/11-16/12	二,四	8:00-9:00	保荣路体育馆	15	20/9-26/9 (4/10) {26/10}		
长者器械健体训练班								
<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。</p>								
40614495 (NH1109)	10/11-17/12	三,五	8:00-9:00	联和墟体育馆	10	@20/9-26/9 (4/10){26/10}		
40614496 (NH1110)	10/11-17/12	三,五	9:00-10:00	联和墟体育馆	10	@20/9-26/9 (4/10){26/10}		
40614497 (NW1111)	16/11-11/12	二,四,六	8:00-9:00	和兴体育馆	10	@20/9-26/9 (4/10){26/10}		
活力长者计划-乒乓球同乐								
40614506 (NH1120)	2/11-30/11	二,四	8:00-10:00	联和墟体育馆	12	2/11-30/11	即场报名	
活力长者计划-门球自我锻鍊同乐								
40614504 (NW1118)	2/11-30/11	二	13:00-15:00	和兴体育馆	7	2/11-30/11	即场报名	
40614505 (NW1119)	4/11-25/11	四	13:00-15:00	和兴体育馆	7	4/11-25/11	即场报名	