

康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年12月份康乐体育活动一览表

离岛区

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
成人捷泳训练班 (第三阶段)									
40609926 (IS0611)	1/12-22/12	一,三,五	20:00-21:00	东涌游泳池	18+	100	10	2/11	 
成人背泳训练班									
40609924 (IS0609)	1/12-22/12	一,三,五	19:00-20:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
成人胸泳训练班 (第三阶段)									
40609925 (IS0610)	1/12-22/12	一,三,五	9:00-10:00	东涌游泳池	18+	100	10	2/11	 
成人蝶泳训练班									
40609927 (IS0612)	1/12-22/12	一,三,五	8:00-9:00	东涌游泳池	18+	100	10	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
健体舞训练班									
40609477 (IS1652)	28/12-10/2 (1/2,3/2)除外	二,四	9:00-10:00	东涌文东路体育馆	14+	65	15	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609478 (IS1653)	28/12-10/2 (1/2,3/2)除外	二,四	10:00-11:00	东涌文东路体育馆	14+	65	15	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
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>									
40609453 (IS1193)	20/12-21/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	19:00-20:00	长洲体育馆	15+	75	10	@22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609454 (IS1194)	20/12-21/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	20:00-21:00	长洲体育馆	15+	75	10	@22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609492 (IS0382)	16/12-10/2 (20/12,27/12,31/1,3/2,7/2)除外	一,四	21:00-22:00	坪洲体育馆	15+	75	10	@17/11	 
40609499 (IS0388)	29/12-2/3 (10,24,31/1,2,7,14,28/2)除外	一,三	11:00-12:00	梅窝体育馆	15+	75	20	@30/11	 
爵士舞训练班									
40609466 (IS1641)	5/12-20/2 (26/12,6/2)除外	日	10:00-12:00	东涌文东路体育馆	12+	70	15	6/11	 
40609496 (IS0385)	21/12-1/3 (1/2)除外	二	15:20-17:20	坪洲体育馆	12+	70	15	22/11	 
社交舞同乐日									
40609451 (IS1191)	5/12	日	19:45-22:15	海傍街体育馆	14+	免费	26	6/11	 
社交舞训练班									
40609457 (IS1197)	29/12-9/2 (31/12,2/2,4/2)除外	三,五	15:30-17:30	海傍街体育馆	14+	86	10	30/11	 
40613269 (IS0402)	21/12-1/3 (1/2)除外	二	19:45-21:45	坪洲体育馆	14+	86	16	22/11	 
康体汇 - 太极									
40609915 (IS0793)	9/12-24/2 (3/2)除外	四	8:15-9:15	海傍街体育馆天台休憩处	6+	免费	20	9/12-24/2	即场报名
简易太极班									
40609650 (IS0790)	2/12-30/12 (25/12)除外	二,四,六	7:15-8:15	海傍街体育馆天台休憩处	6+	54	15	3/11	 
正确使用健身室设施简介									
40609470 (IS1645)	19/12	日	14:00-17:00	东涌文东路体育馆	15+	免费	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40594125 (IS1071)	4/12	六	14:00-17:00	长洲体育馆	15+	免费	12	5/11	 
40609452 (IS1192)	12/12	日	9:00-12:00	长洲体育馆	15+	免费	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609465 (IS1640)	4/12	六	19:00-22:00	东涌文东路体育馆	15+	免费	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609487 (IS0378)	5/12	日	14:00-17:00	坪洲体育馆	15+	免费	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609491 (IS0381)	12/12	日	14:00-17:00	梅窝体育馆	15+	免费	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
身心伸展训练班									
40609449 (IS1189)	5/12-20/3 (12/12,19/12,26/12,6/2)除外	日	12:00-13:00	长洲体育馆	15+	85	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609450 (IS1190)	5/12-20/3 (12/12,19/12,26/12,6/2)除外	日	13:00-14:00	长洲体育馆	15+	85	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609480 (IS0371)	8/12-2/3 (2/2)除外	三	19:10-20:10	坪洲体育馆	15+	85	12	2/11	 
40609481 (IS0372)	8/12-2/3 (2/2)除外	三	20:10-21:10	坪洲体育馆	15+	85	12	8/12	 
羽毛球训练班									
40609445 (IS1185)	4/12-26/3 (11/12,18/12,25/12,1/1,15/1,22/1,5/2)除外	六	14:30-16:30	长洲体育馆	7+	118	16	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609446 (IS1186)	4/12-26/3 (11/12,18/12,25/12,1/1,15/1,22/1,5/2)除外	六	16:30-18:30	长洲体育馆	7+	118	16	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609471 (IS1646)	20/12-24/1 (27/12)除外	一,四	19:00-21:00	东涌文东路体育馆	7+	118	16	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609479 (IS1654)	29/12-28/1	三,五	9:00-11:00	东涌文东路体育馆	7+	118	16	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
40609497 (IS0386)	29/12-9/3 (2/2)除外	三	19:00-21:00	坪洲体育馆	7+	118	16	22/11	 
乒乓球同乐日									

40609438 (IS0150)	4/12	六	10:00-12:00	愉景湾社区会堂	6+	免费	8	5/11	
-------------------	------	---	-------------	---------	----	----	---	------	--

网球训练班

40609913 (IS0791)	4/12-26/2 (25/12,1/1,5/2)除外	六	19:00-21:00	长洲公园网球场	8+	170	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
-------------------	--------------------------------	---	-------------	---------	----	-----	----	------------------------------	--

40609916 (IS0794)	9/12-17/2 (3/2)除外	四	20:00-22:00	长洲公园网球场	8+	170	12	10/11	
-------------------	-------------------	---	-------------	---------	----	-----	----	-------	--

青年五人足球训练班

40609495 (IS0384)	6/12-7/3 (20/12,27/12,31/1,7/2)除外	一	19:45-21:45	坪洲体育馆	6-19	60	15	22/11	
-------------------	--------------------------------------	---	-------------	-------	------	----	----	-------	--

运动攀登同乐日

40594142 (IS1260)	4/12	六	14:00-15:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	5/11	
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	---	------	--

40594143 (IS1261)	12/12	日	14:00-15:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	12/11	
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	---	-------	--

40617625 (IS1299)	4/12	六	15:00-16:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	5/11	
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	---	------	--

40617626 (IS1300)	4/12	六	16:00-17:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	5/11	
-------------------	------	---	-------------	--------	-----	----	---	------	--

40617630 (IS1301)	12/12	日	15:00-16:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	12/11	
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	---	-------	--

40617631 (IS1302)	12/12	日	16:00-17:00	鲤鱼门体育馆	12+	免费	4	12/11	
-------------------	-------	---	-------------	--------	-----	----	---	-------	--

长幼伤健共融健体嘉年华

40609931 (IS0616)	11/12	六	14:00-17:00	长洲北帝庙游乐场	不限	免费	200	11/12	即场报名
-------------------	-------	---	-------------	----------	----	----	-----	-------	------

园艺讲座 - 圣诞花艺工作坊

40609921 (IS0998)	12/12	日	14:30-16:30	东涌北公园 活动室	6+	30	12	13/11	
-------------------	-------	---	-------------	-----------	----	----	----	-------	--

社区园圃计划 (园圃编号 1-19号)

40617685	5/12-10/4	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	东涌社区园圃	12+	400	19	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
----------	-----------	---------------	------------	--------	-----	-----	----	------------------------------	--

社区园圃计划 (园圃编号 20-38号)

40617686	5/12-10/4	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	东涌社区园圃	12+	400	19	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
----------	-----------	---------------	------------	--------	-----	-----	----	------------------------------	--

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 (第三阶段)

40609930 (IS0615)	1/12-22/12	一,三,五	7:00-8:00	东涌游泳池主池	10	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
-------------------	------------	-------	-----------	---------	----	------------------------------	--

活力长者计划 - 普及体操同乐

40609472 (IS1647)	23/12-25/1	二,四	8:00-9:00	东涌文东路体育馆	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
-------------------	------------	-----	-----------	----------	----	------------------------------	--

40609473 (IS1648)	23/12-25/1	二,四	9:00-10:00	东涌文东路体育馆	12	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
-------------------	------------	-----	------------	----------	----	------------------------------	--

长者康体汇叙 - 太极

40609482 (IS0373)	2/12-30/12	四	9:30-10:30	梅窝体育馆	45	2/12-30/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

40609486 (IS0377)	4/12-18/12	六	9:30-10:30	梅窝体育馆	45	4/12-18/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

活力长者计划 - 乒乓球同乐

40609463 (IS1638)	1/12-29/12	三	10:00-11:00	东涌文东路体育馆	16	2/11	
-------------------	------------	---	-------------	----------	----	------	--

40609464 (IS1639)	1/12-29/12	三	11:00-12:00	东涌文东路体育馆	16	2/11	
-------------------	------------	---	-------------	----------	----	------	--

40609488 (IS0379)	7/12-21/12	二	9:00-11:00	坪洲体育馆	16	7/12	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------	------

长者康体汇叙 - 门球

40609456 (IS1196)	28/12-25/1	二	9:00-11:00	长洲体育馆	25	28/12-25/1	即场报名
-------------------	------------	---	------------	-------	----	------------	------

长者室内门球训练班

40609475 (IS1650)	28/12-22/2 (1/2)除外	二	10:00-12:00	东涌文东路体育馆	7	22/10-28/10 (4/11){25/11}	
-------------------	-----------------------	---	-------------	----------	---	------------------------------	--