

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

西贡区

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 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
健体舞训练班									
40614852 (SK1437)	31/12-31/1 (3/1,17/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	宝林体育馆	14+	65	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614853 (SK1438)	31/12-31/1 (3/1,17/1)除外	一,三,五	10:00-11:00	宝林体育馆	14+	65	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614857 (SK1442)	21/12-27/1	二,四	19:00-20:00	宝林体育馆	14+	65	12	8/11	📄 i
40614858 (SK1443)	21/12-27/1	二,四	20:00-21:00	宝林体育馆	14+	65	12	8/11	📄 i
40614866 (SK1451)	4/12-4/1 (25/12,1/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	翠林体育馆	14+	65	10	22/10	📄 i
40614867 (SK1452)	4/12-4/1 (25/12,1/1)除外	二,四,六	10:00-11:00	翠林体育馆	14+	65	10	22/10	📄 i
40614868 (SK1453)	8/12-21/1 (24/12,31/12)除外	三,五	19:00-20:00	翠林体育馆	14+	65	10	25/10	📄 i
40614869 (SK1454)	8/12-21/1 (24/12,31/12)除外	三,五	20:00-21:00	翠林体育馆	14+	65	10	25/10	📄 i
40614880 (SK1465)	4/12-12/3 (18/12,25/12,1/1)除外	六	14:00-15:00	调景岭体育馆	14+	65	15	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614881 (SK1466)	4/12-12/3 (18/12,25/12,1/1)除外	六	15:00-16:00	调景岭体育馆	14+	65	15	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614891 (SK1476)	14/12-20/1	二,四	14:00-15:00	坑口体育馆	14+	65	15	1/11	📄 i
40614892 (SK1477)	14/12-20/1	二,四	15:00-16:00	坑口体育馆	14+	65	15	1/11	📄 i
40614908 (SK1493)	22/12-28/1	三,五	13:00-14:00	西贡壁球场	14+	65	6	9/11	📄 i
40614909 (SK1494)	22/12-28/1	三,五	14:00-15:00	西贡壁球场	14+	65	6	9/11	📄 i
40614921 (SK1506)	28/12-10/2 (1/2,3/2)除外	二,四	19:00-20:00	香港单车馆	14+	65	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614922 (SK1507)	28/12-10/2 (1/2,3/2)除外	二,四	20:00-21:00	香港单车馆	14+	65	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
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>									
40614854 (SK1439)	20/12-31/1 (27/12)除外	一,三	19:00-20:00	宝林体育馆	15+	75	10	@8/11	📄 i
40614855 (SK1440)	20/12-31/1 (27/12)除外	一,三	20:00-21:00	宝林体育馆	15+	75	10	@8/11	📄 i
40614860 (SK1445)	9/12-18/1	二,四	15:00-16:00	宝林体育馆	15+	75	10	@28/10	📄 i
40614861 (SK1446)	9/12-18/1	二,四	16:00-17:00	宝林体育馆	15+	75	10	@28/10	📄 i
40614872 (SK1457)	10/12-19/1	三,五	9:00-10:00	翠林体育馆	15+	75	10	@29/10	📄 i
40614873 (SK1458)	10/12-19/1	三,五	10:00-11:00	翠林体育馆	15+	75	10	@29/10	📄 i
40614874 (SK1459)	24/12-21/1 (27/12)除外	一,三,五	15:00-16:00	翠林体育馆	15+	75	10	@10/11	📄 i
40614875 (SK1460)	24/12-21/1 (27/12)除外	一,三,五	16:00-17:00	翠林体育馆	15+	75	10	@10/11	📄 i
40614878 (SK1463)	9/12-18/1	二,四	19:00-20:00	翠林体育馆	15+	75	10	@4/11	📄 i
40614879 (SK1464)	9/12-18/1	二,四	20:00-21:00	翠林体育馆	15+	75	10	@4/11	📄 i
爵士舞训练班									
40614883 (SK1468)	7/12-6/1	二,四	19:00-21:00	调景岭体育馆	12+	70	15	25/10	📄 i
简易太极班									
40614832 (SK1417)	19/12-13/3 (26/12)除外	日	9:00-10:00	常宁游乐场门球场	6+	54	15	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
正确使用健身室设施简介									
40614896 (SK1481)	7/12	二	19:00-22:00	坑口体育馆	15+	免费	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614897 (SK1482)	7/12	二	20:00-23:00	坑口体育馆	15+	免费	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614926 (SK1511)	2/12	四	19:00-22:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614927 (SK1512)	2/12	四	20:00-23:00	香港单车馆	15+	免费	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
压力管理与松弛技巧									
40614887 (SK1472)	2/12-20/1 (28/12)除外	二,四	10:00-11:00	调景岭体育馆	14+	80	15	22/10	📄 i
40614890 (SK1475)	8/12-16/3 (2/2)除外	三	10:00-11:00	坑口体育馆	14+	80	15	21/10	📄 i
40614932 (SK1517)	20/12-28/3 (27/12)除外	一	10:00-11:00	香港单车馆	14+	80	15	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614933 (SK1518)	20/12-28/3 (27/12)除外	一	11:00-12:00	香港单车馆	14+	80	15	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
身心伸展训练班									
40614923 (SK1508)	21/12-27/1	二,四	14:00-15:00	香港单车馆	15+	85	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614924 (SK1509)	21/12-27/1	二,四	15:00-16:00	香港单车馆	15+	85	12	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
羽毛球训练班									
40614848 (SK1433)	7/12-11/1 (21/12)除外	二,四	19:00-21:00	宝林体育馆(非备空调)	7+	118	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614862 (SK1447)	14/12-18/1 (28/12)除外	二,四	8:00-10:00	翠林体育馆	7+	118	16	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
40614864 (SK1449)	22/12-28/1 (24/12,31/12)除外	三,五	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	118	16	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	✉
40614888 (SK1473)	6/12-13/1 (20/12,27/12)除外	一,四	15:00-17:00	坑口体育馆	7+	118	16	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40614914 (SK1499)	11/12-5/2 (18/12,25/12,1/1)除外	六	14:00-16:00	宝林体育馆(非备冷气)	7+	73	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	✉

场地单车体验日

40614938 (SK1523)	8/12	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	28/10	
40614939 (SK1524)	18/12	六	10:00-13:00	香港单车馆	11+	免费	9	4/11	
40614940 (SK1525)	22/12	三	19:00-22:00	香港单车馆	11+	免费	9	5/11	

小型网球训练班

40614865 (SK1450)	4/12-26/2 (18/12,25/12,1/1)除外	六	13:00-15:00	翠林体育馆	6-12	70	16	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	
-------------------	----------------------------------	---	-------------	-------	------	----	----	-------------------------------	--

壁球训练班

40614849 (SK1434)	17/12-19/1 (24/12,31/12)除外	三,五	19:00-21:00	宝林体育馆	7+	160	8	1/11	
40614870 (SK1455)	16/12-11/1	二,四	19:00-21:00	翠林体育馆	7+	160	8	1/11	
40614910 (SK1495)	3/12-31/12 (24/12)除外	三,五	19:00-21:00	西贡壁球场	7+	160	8	19/10	

乒乓球训练班

40614850 (SK1435)	4/12-26/2 (25/12,1/1,5/2)除外	六	14:00-16:00	宝林体育馆	14+	86	12	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	
40614871 (SK1456)	12/12-20/2 (26/12)除外	日	16:00-18:00	翠林体育馆	6+	86	8	18/10-24/10 (4/11) {25/11}	

网球训练班

40614902 (SK1487)	30/12-7/2 (31/1,3/2)除外	一,四	19:00-21:00	宝翠公园	8+	170	9	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	
40614911 (SK1496)	20/12-24/1 (27/12)除外	一,四	19:00-21:00	西贡网球场	8+	170	8	18/10-24/10 (4/11) {2/12}	

运动攀登同乐日

40614885 (SK1470)	11/12	六	15:30-17:00	调景岭体育馆	12+	免费	4	27/10	
40614886 (SK1471)	11/12	六	17:00-18:30	调景岭体育馆	12+	免费	4	27/10	

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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

康体汇叙 - 长者徒手健体操

40614916 (SK1501)	10/12-31/12	五	8:00-10:00	翠林体育馆	10	18/10-24/10 (4/11){25/11}	
-------------------	-------------	---	------------	-------	----	------------------------------	--

长者徒手健体训练班

40614928 (SK1513)	1/12-24/1 (6/12,27/12)除外	一,三	8:00-9:00	香港单车馆	15	18/10-24/10 (4/11){25/11}	
40614929 (SK1514)	1/12-24/1 (6/12,27/12)除外	一,三	9:00-10:00	香港单车馆	15	18/10-24/10 (4/11){25/11}	

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。

40614859 (SK1444)	21/12-27/1	二,四	7:00-8:00	宝林体育馆	10	@18/10-24/10 (4/11){2/12}	
-------------------	------------	-----	-----------	-------	----	------------------------------	--

长者体操训练班

40614863 (SK1448)	2/12-22/1 (25/12,28/12,1/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	翠林体育馆	6	18/10-24/10 (4/11){25/11}	
-------------------	----------------------------------	-------	-----------	-------	---	------------------------------	--

活力长者计划 - 舞蹈同乐

40614889 (SK1474)	6/12-31/1 (20/12,27/12)除外	一	9:00-11:00	坑口体育馆	50	18/10-24/10 (4/11){25/11}	
-------------------	------------------------------	---	------------	-------	----	------------------------------	--

活力长者计划 - 草地滚球自习

40614919 (SK1504)	7/12-28/12	二	8:00-9:00	坑口文曲里公园	48	7/12-28/12	即场报名
40614920 (SK1505)	7/12-28/12	二	9:00-10:00	坑口文曲里公园	48	7/12-28/12	即场报名

活力长者计划-乒乓球自习

40614876 (SK1461)	1/12-29/12	三	8:00-9:00	翠林体育馆	8	18/10	
40614877 (SK1462)	3/12-31/12	五	8:00-9:00	翠林体育馆	8	18/10	
40614893 (SK1478)	2/12-23/12	四	7:00-8:00	坑口体育馆	12	18/10	
40614894 (SK1479)	2/12-23/12	四	8:00-9:00	坑口体育馆	12	18/10	
40614895 (SK1480)	2/12-23/12	四	9:00-10:00	坑口体育馆	12	18/10	

活力长者计划-羽毛球自习

40614930 (SK1515)	13/12-20/12	一	7:00-9:00	香港单车馆	16	20/10	
-------------------	-------------	---	-----------	-------	----	-------	--