

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

中西区

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
第一阶段 - 成人捷泳训练班									
40615544 (CW1252)	3/12-24/12	一,三,五	8:00-9:00	中山纪念公园游泳池	18+	100	8	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
第二阶段 - 成人胸泳训练班									
40615543 (CW1251)	3/12-24/12	一,三,五	7:00-8:00	中山纪念公园游泳池	18+	100	10	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
健体舞训练班									
40615465 (CW1175)	7/12-18/1 (11/1)除外	二,四	12:00-13:00	香港公园体育馆	14+	65	15	3/11	📄 i
40615466 (CW1176)	7/12-18/1 (11/1)除外	二,四	13:00-14:00	香港公园体育馆	14+	65	15	3/11	📄 i
40615477 (CW1190)	6/12-7/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	18:00-19:00	上环体育馆	14+	65	15	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
40615478 (CW1191)	6/12-7/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	19:00-20:00	上环体育馆	14+	65	15	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
40615479 (CW1192)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	8:00-9:00	上环体育馆	14+	65	15	8/11	📄 i
40615480 (CW1193)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	9:00-10:00	上环体育馆	14+	65	15	8/11	📄 i
40615481 (CW1194)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	13:00-14:00	上环体育馆	14+	65	15	8/11	📄 i
40615482 (CW1195)	29/12-28/1 (3/1,17/1)除外	一,三,五	7:00-8:00	上环体育馆	14+	65	15	16/11	📄 i
40615483 (CW1196)	29/12-28/1 (3/1,17/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	上环体育馆	14+	65	15	16/11	📄 i
40615516 (CW1227)	8/12-10/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	10:00-11:00	士美非路体育馆	14+	65	15	11/11	📄 i
40615517 (CW1228)	8/12-10/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	11:00-12:00	士美非路体育馆	14+	65	15	11/11	📄 i
八段锦训练班									
40615485 (CW1198)	10/12-18/3 (24/12,31/12,4/2)除外	五	17:00-18:00	上环体育馆	8+	80	15	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
40615486 (CW1199)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	14:00-15:00	上环体育馆	8+	80	15	15/11	📄 i
40615487 (CW1200)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	15:00-16:00	上环体育馆	8+	80	15	15/11	📄 i
40615524 (CW1234)	15/12-28/1 (24/12,31/12)除外	三,五	11:00-12:00	士美非路体育馆	8+	80	15	2/11	📄 i
儿童舞训练班									
40615525 (CW1235)	11/12-26/2 (25/12,1/1)除外	六	14:00-16:00	士美非路体育馆	4-11	60	10	1/11	📄 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。</p>									
40615494 (CW1206)	17/12-17/1 (20/12,27/12)除外	一,三,五	7:00-8:00	上环体育馆	15+	75	15	@3/11	📄 i
40615495 (CW1207)	17/12-17/1 (20/12,27/12)除外	一,三,五	8:00-9:00	上环体育馆	15+	75	15	@3/11	📄 i
40615496 (CW1208)	23/12-8/2 (1/2,3/2)除外	二,四	12:00-13:00	上环体育馆	15+	75	15	@2/11	📄 i
40615497 (CW1209)	29/12-28/1 (31/12,19/1)除外	一,三,五	18:00-19:00	上环体育馆	15+	75	15	@8/11	📄 i
40615498 (CW1210)	29/12-28/1 (31/12,19/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	上环体育馆	15+	75	15	@8/11	📄 i
水中健体训练班									
40615541 (CW1249)	16/12-10/2 (6/1,1/2,3/2)除外	二,四	8:00-9:00	中山纪念公园游泳池	14+	80	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
简易太极同乐日									
40615536 (CW1244)	1/12	三	15:00-16:00	士美非路体育馆	6+	免费	15	1/11	📄 i
简易太极班									
40615501 (CW1213)	15/12-9/3 (2/2)除外	三	15:00-16:00	上环体育馆	6+	54	15	18/11	📄 i
40615502 (CW1214)	15/12-9/3 (2/2)除外	三	16:00-17:00	上环体育馆	6+	54	15	18/11	📄 i
40615537 (CW1245)	6/12-7/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	7:00-8:00	士美非路体育馆	6+	54	15	9/11	📄 i
40615546 (CW1254)	17/12-14/1 (27/12)除外	一,三,五	7:00-8:00	香港佐治五世纪念公园足球场	6+	54	15	17/11	📄 i
40615548 (CW1255)	17/12-14/1 (27/12)除外	一,三,五	8:00-9:00	香港佐治五世纪念公园足球场	6+	54	15	17/11	📄 i
40617228 (CW1279)	2/12-30/12 (25/12)除外	二,四,六	7:00-8:00	坚尼地城游乐场篮球场	6+	54	15	10/11	📄 i
瑜伽训练班									
40615473 (CW1184)	1/12-9/2 (2/2)除外	三	8:00-10:00	香港公园体育馆	15+	85	15	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
40616772 (CW1278)	1/12-9/2 (2/2)除外	三	9:00-11:00	士美非路体育馆	15+	85	15	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
正确使用健身室设施简介会									
40615493 (CW1205)	10/12	五	18:00-21:00	上环体育馆 (11楼 健身室 报到)	15+	免费	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
身心伸展训练班									
40615489 (CW1201)	17/12-11/2 (24/12,27/12,31/12,31/1,4/2)除外	一,五	20:00-21:00	上环体育馆	15+	85	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉
40615490 (CW1202)	17/12-11/2 (24/12,27/12,31/12,31/1,4/2)除外	一,五	21:00-22:00	上环体育馆	15+	85	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	✉

小射手圣训训练班

40615518 (CW1229)	18/12-2/1 (24,25,26,27,28/12,1/1)除外	一,二,三,四,五,六,日	12:30-14:30	士美非路体育馆	6-11	70	6	12/11	
40615519 (CW1230)	18/12-2/1 (24,25,26,27,28/12,1/1)除外	一,二,三,四,五,六,日	14:30-16:30	士美非路体育馆	6-11	70	6	12/11	

亲子(7-17岁)羽毛球同乐日

40615520 (CW1231)	4/12	六	14:00-15:00	士美非路体育馆	7+	免费	16	5/11	
40615522 (CW1232)	4/12	六	15:00-16:00	士美非路体育馆	7+	免费	16	5/11	
40615523 (CW1233)	4/12	六	16:00-17:00	士美非路体育馆	7+	免费	16	5/11	

羽毛球训练班

40615467 (CW1177)	14/12-13/1	二,四	9:00-11:00	香港公园体育馆	7+	118	16	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	
40615468 (CW1178)	15/12-14/1	三,五	7:00-9:00	香港公园体育馆	7+	118	16	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	
40615469 (CW1179)	17/12-24/1 (24/12,27/12)除外	一,五	18:00-20:00	香港公园体育馆	7+	118	16	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	

室内短垫滚球同乐日

40615533 (CW1242)	1/12-29/12 (24/12,27/12)除外	一,三,五	10:30-11:30	士美非路体育馆	8+	免费	16	1/12-29/12	即场报名
-------------------	-------------------------------	-------	-------------	---------	----	----	----	------------	------

壁球训练班

40615470 (CW1181)	6/12-3/1 (27/12)除外	一,四	7:00-9:00	香港壁球中心	7+	160	8	19/11	
-------------------	--------------------	-----	-----------	--------	----	-----	---	-------	--

乒乓球同乐日

40615539 (CW1247)	1/12-29/12 (24/12)除外	三,五	10:00-11:00	士美非路体育馆	6+	免费	16	1/12-29/12	即场报名
-------------------	----------------------	-----	-------------	---------	----	----	----	------------	------

乒乓球训练班

40615471 (CW1182)	7/12-6/1	二,四	7:00-9:00	香港公园体育馆	6+	86	16	10/11	
40615540 (CW1248)	23/12-15/2 (28/12,11/1,25/1,1/2,3/2,8/2)除外	二,四	10:00-12:00	士美非路体育馆	6+	86	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	

网球训练班

40615551 (CW1259)	7/12-11/1 (28/12)除外	二,四	19:00-21:00	香港网球中心	8+	170	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	
40615552 (CW1260)	8/12-14/1 (24/12,31/12)除外	三,五	20:00-22:00	香港网球中心	8+	170	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	
40615553 (CW1261)	10/12-21/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,五	9:00-11:00	香港仔网球及壁球中心	8+	170	12	25/10-31/10 (9/11) {29/11}	

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:

因应2019冠状病毒病的最新情况, 为方便控制参加人数, 同行照料者如欲陪同残疾人士参加任何专为残疾人士而设的康体活动, 均须报名, 直至另行通知。

长期病患者乒乓球训练计划

40615570 (CW1277)	1/12-22/12	三	14:00-16:00	士美非路体育馆	6+	2	22/10	
-------------------	------------	---	-------------	---------	----	---	-------	--

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

第一阶段 - 长者游泳训练班

40615545 (CW1253)	3/12-24/12	一,三,五	9:00-10:00	中山纪念公园游泳池	8	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
-------------------	------------	-------	------------	-----------	---	------------------------------	--

长者徒手健体训练班

40615491 (CW1203)	23/12-15/2 (1/2,3/2)除外	二,四	7:00-8:00	上环体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
40615492 (CW1204)	29/12-16/2 (3,10,12,17,31/1,2,4,7/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	上环体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
40615526 (CW1236)	10/12-17/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	8:00-9:00	士美非路体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
40615527 (CW1237)	10/12-17/1 (24/12,27/12,31/12)除外	一,三,五	9:00-10:00	士美非路体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
40615528 (CW1238)	16/12-24/3 (3/2)除外	四	14:00-15:00	士美非路体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
40615529 (CW1239)	16/12-24/3 (3/2)除外	四	15:00-16:00	士美非路体育馆	15	25/10-31/10 (9/11){29/11}	

长者水中健体训练班

40615542 (CW1250)	16/12-10/2 (6/1,1/2,3/2)除外	二,四	9:00-10:00	中山纪念公园游泳池	12	25/10-31/10 (9/11){29/11}	
-------------------	-------------------------------	-----	------------	-----------	----	------------------------------	--

长者简易太极同乐日

40615534 (CW1243)	1/12	三	14:00-15:00	士美非路体育馆	15	1/11	
-------------------	------	---	-------------	---------	----	------	--

活力长者计划 - 室内短垫滚球汇叙

40615532 (CW1241)	1/12-29/12 (24/12,27/12)除外	一,三,五	9:30-10:30	士美非路体育馆	16	1/12-29/12	即场报名
-------------------	-------------------------------	-------	------------	---------	----	------------	------

长者室内短垫滚球训练班

40615531 (CW1240)	8/12-7/1 (24/12,31/12)除外	三,五	15:00-17:00	士美非路体育馆	6	8/11	
-------------------	-----------------------------	-----	-------------	---------	---	------	--

活力长者计划 - 乒乓球自習

40615472 (CW1183)	3/12-31/12	五	8:00-10:00	香港公园体育馆	16	3/12-31/12	即场报名
活力长者计划- 乒乓球汇叙							
40615538 (CW1246)	1/12-29/12 (24/12)除外	三,五	9:00-10:00	士美非路体育馆	16	1/12-29/12	即场报名