康乐及文化事务署
社区康乐活动
2023年1月份康乐体育活动一览表

屯门区

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
健体舞训练班									
40643123	5/1-16/2 (24/1)除外	二,四	8:00-9:00	兆麟体育馆	14+	65	30	7/12	🖳 ℹ
40643124	5/1-16/2 (24/1)除外	二,四	9:00-10:00	兆麟体育馆	14+	65	30	7/12	🖳 ℹ
40643125	7/1-25/3	六	13:00-14:00	良田体育馆	14+	65	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40643126	7/1-25/3	六	14:00-15:00	良田体育馆	14+	65	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40643128	30/1-24/2	一,三,五	18:00-19:00	兆麟体育馆	14+	65	30	15/12	🖳 ℹ
40643129	30/1-24/2	一,三,五	19:00-20:00	兆麟体育馆	14+	65	30	15/12	🖳 ℹ
40643130	10/1-21/2 (24/1)除外	二,四	18:00-19:00	友爱体育馆	14+	65	20	9/12	🖳 ℹ
40643131	10/1-21/2 (24/1)除外	二,四	19:00-20:00	友爱体育馆	14+	65	20	9/12	🖳 ℹ
儿童舞训练班									
40643137	7/1-18/3 (21/1)除外	六	14:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	4-11	60	20	2/12	🖳 ℹ
40643138	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	友爱体育馆	4-11	60	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40643140	9/1-20/3 (23/1)除外	一	16:00-18:00	良田体育馆	4-11	60	20	2/12	🖳 ℹ
40643141	10/1-21/3 (24/1)除外	二	12:00-14:00	屯门大会堂	4-11	60	20	2/12	🖳 ℹ
40643142	21/1-25/3	六	12:00-14:00	大兴体育馆	4-11	60	20	2/12	🖳 ℹ
中国舞训练班									
40643143	4/1-15/3 (25/1)除外	三	14:00-16:00	良田体育馆	12+	45	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40643144	9/1-20/3 (23/1)除外	一	15:00-17:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	12+	45	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40643145	13/1-17/3	五	11:00-13:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	12+	45	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
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资格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合资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，其不合资格期将由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：报名首天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。									
40643146	5/1-4/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	8:00-9:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@6/12	🖳 ℹ
40643147	5/1-4/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	9:00-10:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@6/12	🖳 ℹ
40643148	9/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	10:00-11:00	友爱体育馆	15+	75	20	@14/12	🖳 ℹ
40643149	20/1-3/3 (25/1)除外	三,五	19:00-20:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@14/12	🖳 ℹ
40643150	20/1-3/3 (25/1)除外	三,五	20:00-21:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	75	20	@14/12	🖳 ℹ
40643151	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	8:00-9:00	大兴体育馆	15+	75	15	@16/12	🖳 ℹ
40643152	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	9:00-10:00	大兴体育馆	15+	75	15	@16/12	🖳 ℹ
40643153	27/1-22/2	一,三,五	19:00-20:00	兆麟体育馆	15+	75	30	@16/12	🖳 ℹ
40643154	27/1-22/2	一,三,五	20:00-21:00	兆麟体育馆	15+	75	30	@16/12	🖳 ℹ
40645536	9/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	19:00-20:00	友爱体育馆	15+	75	20	@14/12	🖳 ℹ
40645537	9/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	20:00-21:00	友爱体育馆	15+	75	20	@14/12	🖳 ℹ
普及体操训练班									
40643155	7/1-11/3	六	14:00-16:00	友爱体育馆	6+	54	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
爵士舞训练班									
40643156	8/1-19/3 (22/1)除外	日	11:00-13:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	12+	70	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40643157	9/1-20/3 (23/1)除外	一	14:00-16:00	良田体育馆	12+	70	20	13/12	🖳 ℹ
40643159	13/1-17/3	五	14:00-16:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	12+	70	20	13/12	🖳 ℹ
40643160	27/1-31/3	五	21:00-23:00	兆麟体育馆	12+	70	30	13/12	🖳 ℹ
柔道训练班									
40643161	7/1-18/3 (21/1)除外	六	12:00-14:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	6-50	65	20	7/12	🖳 ℹ
40643162	14/1-18/3	六	15:00-17:00	大兴体育馆	6-50	65	20	7/12	🖳 ℹ
社交舞训练班									
40645403	5/1-9/3	四	20:00-22:00	友爱体育馆	14+	86	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645404	7/1-18/3 (21/1)除外	六	20:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	14+	86	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645405	8/1-19/3 (22/1)除外	日	19:30-21:30	屯门大会堂	14+	86	30	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645406	9/1-20/3 (23/1)除外	一	10:00-12:00	良田体育馆	14+	86	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645407	9/1-20/3 (23/1)除外	一	10:00-12:00	友爱体育馆	14+	86	20	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645408	9/1-20/3 (23/1)除外	一	17:00-19:00	屯门大会堂	14+	86	30	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645409	12/1-16/3	四	17:00-19:00	屯门大会堂	14+	86	30	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
正确使用健身室设施简介会									
40645417	7/1	六	15:00-18:00	友爱体育馆	15+	免费	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645418	8/1	日	17:00-20:00	大兴体育馆	15+	免费	15	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645419	10/1	二	19:00-22:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	免费	20	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉

40645420	14/1	六	19:00-22:00	兆麟体育馆	15+	免费	25	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645421	17/1	二	19:00-22:00	兆麟体育馆	15+	免费	25	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
身心伸展训练班									
40643132	3/1-14/2 (24/1)除外	二,四	19:00-20:00	良田体育馆	15+	85	24	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40643133	3/1-14/2 (24/1)除外	二,四	20:00-21:00	良田体育馆	15+	85	24	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40643134	4/1-15/2 (25/1)除外	三,五	19:00-20:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	5/12	🖳 i
40643135	4/1-15/2 (25/1)除外	三,五	20:00-21:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	15+	85	24	5/12	🖳 i
骑马暨箭艺同乐									
40645457	8/1	日	15:00-17:00	屯门康乐体育中心(射箭场)	6+	免费	32	8/12	🖳 i
亲子(7-17岁)羽毛球同乐日									
40645453	15/1	日	14:00-15:00	大兴体育馆	7+	免费	24	12/12	🚹
40645454	15/1	日	15:00-16:00	大兴体育馆	7+	免费	24	12/12	🚹
40645455	15/1	日	16:00-17:00	大兴体育馆	7+	免费	24	12/12	🚹
儿童羽毛球训练班									
40645433	4/1-15/3 (25/1)除外	三	18:00-20:00	兆麟体育馆	7-11	118	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
成人羽毛球训练班									
40645427	5/1-9/3	四	19:00-21:00	兆麟体育馆	18+	118	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645428	6/1-10/2 (25/1)除外	三,五	14:00-16:00	良田体育馆	18+	118	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645429	8/1-19/3 (22/1)除外	日	8:00-10:00	兆麟体育馆	18+	118	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645431	8/1-19/3 (22/1)除外	日	11:00-13:00	良田体育馆	18+	118	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
亲子(7-17岁)羽毛球训练班									
40645437	8/1-19/2 (22/1)除外	日	14:00-16:00	兆麟体育馆	7+	73	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
小型网球训练班									
40645441	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	良田体育馆	6-12	70	16	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
儿童乒乓球训练班									
40645443	7/1-11/3	六	10:00-12:00	屯门游泳池壁球场	6-13	86	12	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40645445	14/1-25/3 (21/1)除外	六	13:00-15:00	良田体育馆	6-13	86	24	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
成人网球训练班									
40645447	3/1-7/2 (24/1)除外	二,五	19:00-21:00	青善游乐场	18+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645448	8/1-19/3 (22/1)除外	日	8:00-10:00	青善游乐场	18+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645449	8/1-19/3 (22/1)除外	日	10:00-12:00	青善游乐场	18+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
40645450	5/1-9/2 (23/1)除外	一,四	19:00-21:00	屯门邓肇坚运动场网球场	18+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
网球训练班									
40645451	12/1-16/2 (23/1)除外	一,四	9:00-11:00	青善游乐场	8+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
中级网球训练班									
40645446	12/1-16/2 (23/1)除外	一,四	20:00-22:00	青善游乐场	8+	170	18	21/11-25/11 (1/12) {20/12}	✉
篮球训练班									
40645459	8/1-19/3 (22/1)除外	日	13:00-15:00	良田体育馆	10+	75	30	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
板球同乐日									
40645460	15/1	日	10:00-13:00	杨景游乐场	6+	免费	30	1/12	🖳 i
儿童足球乐趣班									
40645458	8/1-19/3 (22/1)除外	日	9:00-11:00	新墟游乐场	6-13	60	24	1/12	🖳 i
社区园圃计划									
40650644	7/1-27/5 (21/1,8/4)除外	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	屯富路社区园圃	12+	400	38	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉
40650645	8/1-28/5 (22/1,9/4)除外	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	青田游乐场	12+	400	48	28/11-2/12 (8/12) {29/12}	✉

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

专为残疾人士举办的活动的报名方法

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：

(1) 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。

(2) 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。

肢体伤残人士身心伸展训练班								
40629091	11/1-1/2 (25/1) 除外	三,五	17:00-19:00	良田体育馆	15+	15	22/11	🖳 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
长者健体训练班							
40645462	5/1-9/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	10:00-11:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	20	21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉

40645463	9/1-13/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	8:00-9:00	友爱体育馆	20	21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
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资格期的申请者，均视作「新申请者」，可享优先报名权。 不合资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，其不合资格期将由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：报名首天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。							
40645464	5/1-4/2 (21/1,24/1)除外	二,四,六	7:00-8:00	赛马会屯门蝴蝶湾体育馆	20	@21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
40645465	9/1-8/2 (23/1,25/1)除外	一,三,五	9:00-10:00	友爱体育馆	20	@21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
40645466	19/1-18/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	14:00-15:00	大兴体育馆	15	@21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
40645467	19/1-18/2 (24/1,26/1)除外	二,四,六	15:00-16:00	大兴体育馆	15	@21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
40645468	27/1-24/2 (13/2)除外	一,三,五	10:00-11:00	大兴体育馆	15	@21/11-25/11 (1/12){20/12}	✉
长者社交舞同乐日							
40645469	6/1	五	9:00-10:00	兆麟体育馆	30	6/12	🖳
40645470	6/1	五	10:00-11:00	兆麟体育馆	30	6/12	🖳
活力长者计划-乒乓球同乐							
40645472	9/1-30/1 (23/1)除外	一	9:00-10:00	友爱体育馆	20	8/12	🖳 ℹ
40645473	9/1-30/1 (23/1)除外	一	10:00-11:00	友爱体育馆	20	8/12	🖳 ℹ
活力长者计划-健体操同乐							
40645488	4/1-18/1	三	9:00-11:00	友爱体育馆	30	28/11-2/12 (8/12){29/12}	✉
40645489	5/1-19/1	四	8:00-10:00	良田体育馆	30	28/11-2/12 (8/12){29/12}	✉
活力长者计划-羽毛球同乐							
40645474	9/1-30/1 (23/1)除外	一	7:00-8:00	兆麟体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
40645475	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	兆麟体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
40645476	9/1-30/1 (23/1)除外	一	9:00-10:00	兆麟体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
活力长者计划-羽毛球自习计划							
40645477	9/1-30/1 (23/1)除外	一	8:00-9:00	良田体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
40645478	9/1-30/1 (23/1)除外	一	9:00-10:00	良田体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
40645479	9/1-30/1 (23/1)除外	一	10:00-11:00	良田体育馆	24	9/1-30/1	即场报名
活力长者计划-门球同乐							
40645480	4/1-18/1	三	7:00-8:00	大兴体育馆	15	9/12	🖳 ℹ
40645481	4/1-18/1	三	8:00-9:00	大兴体育馆	15	9/12	🖳 ℹ
40645482	5/1-26/1	四	7:00-8:00	友爱体育馆	20	12/12	🖳 ℹ
40645483	5/1-26/1	四	8:00-9:00	友爱体育馆	20	12/12	🖳 ℹ
长者门球训练班							
40645461	7/1-25/2	六	8:00-10:00	新和里游乐场	15	5/12	🖳 ℹ
活力长者乐缤纷2022							
40650646	16/1	一	9:00-12:00	友爱体育馆	300	16/1	即场报名