報名及抽籤流程：

報名詳情 (所有康體活動* 及體育比賽統一以 電子抽籤報名)	**2026年4月份舉辦的** **訓練班及康樂活動**	**2026年5月份舉辦** **的體育比賽**
遞交電子申請	3 月 1 至 7 日	3 月 8 至 14 日
抽籤及公布	3 月 15 至 17 日	3 月 30 至 4 月1日
繳費／確認	3 月 18 至 22 日 (智能自助服務站： 每天截至晚上 11 時； 電子平台： 截至 3月 22 日晚上 11 時 59 分)	4 月 2 日至 6 日 (智能自助服務站： 每天截至晚上 11 時； 電子平台： 截至 4 月 6 日晚上 11 時 59 分)
公布餘額	3月23日(一) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#除外)	4 月 7 日 (二)
	3月24日(二) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#公布餘額)	
公開報名	3月24日(二) (上午8時30分起) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#除外)	4 月 8 日 (三) (上午 8 時 30 分起)
	3月25日(三) (上午8時30分起) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#公開報名)	

備註：

* 不包括即場報名的康體活動（ 例如長者康體匯敘、活力長者計劃、全民運動日及大型嘉年華等）及以「先到先得」報名的專為殘疾人士舉辦的活動

#「游泳進階計劃」活動包括幼兒水上安全班、捷泳班、胸泳班、長者游泳訓練班、背泳班及蝶泳班