

齊參與 「工商機構運動會2023」

除了在職場與同事一同打拼，有否想過也可在球場上並肩作戰？「工商機構運動會」是康文署專為公私營機構員工舉辦的大型綜合運動會，旨在鼓勵在職人士恆常運動，從而透過比賽競技，培養僱員的團隊精神及加強對機構的歸屬感同時並進一步推廣「普及體育」，讓運動成為日常生活的一部分，建設一個充滿活力的健康社區。

今屆比賽於2023年2月至10月在全港多個康體場地舉行，比賽項目為田徑、羽毛球、籃球、長跑、五人足球、桌球、乒乓球、網球、保齡球、排球和十一人足球。在各項比賽中累積得分最高的機構將獲頒組別團體總冠軍。



提提你

已報名的參賽健兒正積極備戰「工商機構運動會2023」有興趣參加的機構可在部分仍有餘額的比賽項目中以先到先得的方式報名。有關詳情可參閱專題網頁。

www.lcsd.gov.hk/tc/cg/2023/



路線B4 釣魚翁下訪孟公



康文署《行山樂》 全新優化短片推廣遠足運動

康文署現正重新製作《行山樂》所介紹香港44條各具特色的遠足路線的短片，以進一步推廣遠足這項適合一家大小參與的運動。

除交通指南、遠足路線圖、行程需時和路線難度之外，短片內容亦會介紹沿途特色景點和相關的歷史背景，以及遠足安全的注意事項等，其中更將有關路線的地理資訊製作成GPX檔案以供市民下載，好讓遠足人士在出發前掌握全面資訊，盡情享受遠足樂趣。

想了解更多，歡迎瀏覽
康文署《行山樂》專題網頁



www.lcsd.gov.hk/tc/healthy/hiking/index.html