

## 柔道

社區體育會	活動名稱	活動日期及時間	活動地點	查詢電話
朗青柔道會	柔道訓練班	2023年2月至7月 逢星期三晚上8時至10時	朗屏體育館	方先生 9032 1636
		2023年2月至7月 逢星期日下午4時至6時	元朗體育館	
香港名望柔道會	柔道團練班	2023年2月至7月 逢星期日下午6時至8時	朗屏體育館	黃小姐 9348 6083
	男女子格鬥訓練班	2023年2月至7月 逢星期二晚上8時至10時	元朗體育館	
	柔道體驗班	2023年2月至7月 逢星期六下午2時至4時	天瑞體育館	
荃青柔道會	柔道訓練班	2023年2月至2023年7月 逢星期五晚上8時至10時	荃景圍體育館	謝小姐 9205 1615
		2023年2月至2023年7月 逢星期五晚上8時至10時	大窩口體育館	
		2023年2月至2023年7月 逢星期日下午4時至6時	保安道體育館	

## 排球

社區體育會	活動名稱	活動日期及時間	活動地點	查詢電話
力臻排球會	青少年排球訓練計劃	2023年4月至7月 逢星期三下午8時至11時	天暉路體育館	鄺先生 6767 7759
Victory Volleyball Club	女子青少年排球訓練班	2023年4月至6月 逢星期二、三及五 下午8時至10時	荃灣體育館、 青衣西南體育館 或青衣體育館	張小姐 9425 8954
		2023年7月至9月 逢星期二、三及五 下午8時至10時		
仁濟排球會	青少年排球訓練計劃	2023年4月至6月 逢星期星期一及六 下午9時至11時	荃灣	陳先生 9653 9664
友聯排球隊	青少年排球訓練	2023年4月至6月 逢星期五下午7時至11時	北葵涌 鄧肇堅體育館	胡先生 9837 1337
		2023年7月至9月 逢星期五下午7時至11時		

## 體操

社區體育會	活動名稱	活動日期及時間	活動地點	查詢電話
香港健美體操會	健美體操 兒童訓練班 (適合6-11歲)	2023年6月至7月 逢星期三下午3時至5時	振華道體育館	葉小姐 5349 7324
	健美體操 幼童訓練班 (適合3-5歲)	2023年6月至7月 逢星期三下午2時至3時		

