駱 克 道 體 育 館
Lockhart Road Sports Centre

健身室(一)時間表
Timetable for Fitness Room (1)

2024 年 Year 3 月 Month

T/P	訓練/活動	Training / Programme
B	團體預訂	Block Booking
M	保養日	Maintenance
	暫停開放時段	Sessional Break

日期 Date	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29 PH	30 PH	31
Time 時間	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun
7 - 8 am				M														M													
8 - 9 am				M														M													
9 - 10 am				M														M													
10 - 11 am				M														M													
11 - 12 nn				M														M													
12 - 1 pm				M														M													
1 - 2 pm																															
2 - 3 pm			T/P							T/P							T/P							T/P							
3 - 4 pm	T/P		T/P	T/P		T/P		T/P		T/P	T/P		T/P		T/P		T/P	T/P		T/P		T/P		T/P	T/P		T/P				
4 - 5 pm	T/P		T/P	T/P		T/P		T/P		T/P	T/P		T/P		T/P		T/P	T/P		T/P		T/P			T/P		T/P				
5 - 6 pm	T/P			T/P		T/P		T/P			T/P		T/P		T/P			T/P		T/P		T/P			T/P		T/P				
6 - 7 pm																															
7 - 8 pm																															
8 - 9 pm																															
9 - 10 pm																															
10 - 11 pm																															

PH: Public Holiday 公眾假期

am/nn/pm: 上午 / 中午 / 下午

*可供時票與月票人士的入場配額為健身室(一)號時票名額 9 人及月票名額 9 人

*The quota for hourly and monthly ticket user of Fitness Room (1) is: Hourly Ticket User 9 nos. and Monthly Ticket User 9 nos.

時間表只供參考，請向場地職員查詢最新預訂情況。

The timetable is for reference only. Please contact venue staff for the latest booking status.

駱 克 道 體 育 館
Lockhart Road Sports Centre

健身室(二)時間表
Timetable for Fitness Room (2)

2024 年 Year 3 月 Month

T/P	訓練/活動	Training / Programme
B	團體預訂	Block Booking
M	保養日	Maintenance
	暫停開放時段	Sessional Break

日期 Date	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29 PH	30 PH	31
Time 時間	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun
7 - 8 am				M														M													
8 - 9 am				M														M													
9 - 10 am				M														M													
10 - 11 am				M														M													
11 - 12 nn				M														M													
12 - 1 pm				M														M													
1 - 2 pm																															
2 - 3 pm																															
3 - 4 pm																															
4 - 5 pm																															
5 - 6 pm																															
6 - 7 pm																															
7 - 8 pm																															
8 - 9 pm																															
9 - 10 pm																															
10 - 11 pm																															

PH: Public Holiday 公眾假期

am/nn/pm: 上午 / 中午 / 下午

*可供時票與月票人士的入場配額為健身室(二)號時票名額 6 人及月票名額 6 人

*The quota for hourly and monthly ticket user of Fitness Room (2) is: Hourly Ticket User 6 nos. and Monthly Ticket User 6 nos.

時間表只供參考，請向場地職員查詢最新預訂情況。

The timetable is for reference only. Please contact venue staff for the latest booking status.