

馬鞍山體育館 Ma On Shan Sports Centre

健身室時間表 Timetable for Fitness Room

年 月
2024 Year 5 Month

T/P	訓練/活動	Training / Programme
B	團體預訂	Block Booking
M	保養日	Maintenance

Time 時間	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	30	31	
	(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	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	
7 - 8 am																																
8 - 9 am						M																										
9 - 10 am		T/P																														
10 - 11 am						M																										
11 - 12 nn																																
12 - 1 pm																																
1 - 2 pm			T/P																													
2 - 3 pm																																
3 - 4 pm												T/P																				
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

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.

備註:

本健身室可供時票與月票人士的人場配額為時票名額 8人及月票名額12人。

Remarks:

The quota for hourly and monthly ticket user of this Fitness Room is Hourly Ticket User : 8 nos. and Monthly Ticker User : 12 nos.