

大窩口體育館 Tai Wo Hau Sports Centre

健身室時間表 Timetable for Fitness Room

年 月
2024 Year 5 Month

月票人士入場名額：14人

Quota for Monthly Ticket User: 14 nos.

時票人士入場名額：6人

Quota for Hourly Ticket User: 6 nos.

T/P 訓練班 Training Course
SB 暫停開放時段 Sessional Break
M 保養日 Maintenance

日期 Date	PH											PH																				
Time 時間	(三) Mon	(四) Tue	(五) Wed	(六) Thur	(日) Fri	(一) Sat	(二) Sun	(三) Mon	(四) Tue	(五) Wed	(六) Thur	(日) Fri	(一) Sat	(二) Sun	(三) Mon	(四) Tue	(五) Wed	(六) Thur	(日) Fri	(一) Sat	(二) Sun	(三) Mon	(四) Tue	(五) Wed	(六) Thur	(日) Fri	(一) Sat	(二) Sun	(三) Mon	(四) Tue	(五) Wed	
7 - 8 am							M															M										
8 - 9 am							M															M										
9 - 10 am			T/P				M	T/P		T/P							T/P				M	T/P			T/P					T/P	T/P	
10 - 11 am			T/P				M	T/P		T/P							T/P				M	T/P			T/P					T/P	T/P	
11 - 12 nn							M														M											
12 - 1 pm							M														M											
1 - 2 pm								T/P															T/P							T/P		
2 - 3 pm								T/P															T/P							T/P		
3 - 4 pm																																
4 - 5 pm																																
5 - 6 pm																																
6 - 7 pm																																
7 - 8 pm																																
8 - 9 pm						T/P		T/P				T/P									T/P		T/P					T/P		T/P		
9 - 10 pm						T/P		T/P				T/P									T/P		T/P					T/P		T/P		
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.