友 愛 體 育 館
Yau Oi Sports Centre

健身室時間表
Timetable for Fitness Room

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

2024 年 Year **3** 月 Month

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														、																	
9 - 10 am	T			T		T		T			T		T		T																
10 - 11 am																															
11 - 12 nn																															
12 - 1 pm																															
1 - 2 pm																															
2 - 3 pm																															
3 - 4 pm																															
4 - 5 pm		簡介會														簡介會															
5 - 6 pm																															
6 - 7 pm																															
7 - 8 pm	T			T		T		T			T		T		T			T		T										
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入場配額為：
時票名額 4 人；月票名額16 人。

Remarks: The quota for hourly and monthly ticket user of this Fitness Room is
Hourly Ticket User: 4 Nos. and Monthly Ticket User: 16 Nos.