荃灣西約體育館
Tsuen Wan West 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　　4 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	30	
Time 時間	(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	(一) Mon	(二) Tue	
7 - 8 am																															
8 - 9 am																															
9 - 10 am								M														M									
10 - 11 am								M														M									
11 - 12 nn								M	T/P		T/P					T/P		T/P				M	T/P		T/P					T/P	
12 - 1 pm								M	T/P		T/P					T/P		T/P				M	T/P		T/P					T/P	
1 - 2 pm								M														M									
2 - 3 pm								M														M									
3 - 4 pm																															
4 - 5 pm																															
5 - 6 pm																															
6 - 7 pm																															
7 - 8 pm			T/P					T/P		T/P					T/P		T/P					T/P		T/P					T/P		
8 - 9 pm			T/P					T/P		T/P					T/P		T/P					T/P		T/P					T/P		
9 - 10 pm																															
10 - 11 pm																															

PH: Public Holiday 公眾假期　　am/nn/pm: 上午／中午／下午

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