

荃灣西約體育館 Tsuen Wan West 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

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	31	
Time 時間	(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																																
9 - 10 am													M															M				
10 - 11 am											T/P		M												T/P		M					
11 - 12 nn		T/P					T/P		T/P		T/P		M	T/P		T/P									T/P		M					
12 - 1 pm		T/P					T/P		T/P		T/P		M	T/P		T/P									T/P		M					
1 - 2 pm													M															M				
2 - 3 pm													M															M				
3 - 4 pm			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
5 - 6 pm																																
6 - 7 pm																																
7 - 8 pm							T/P		T/P				T/P									T/P										
8 - 9 pm							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.