# Jogging Time Table 緩步跑時間表 2/2020(1-15)

| 日期 Date | 設施 Facilities | 6:30 AM 至 to 7:00 AM | 7:00 AM 至 to 8:00 AM | 8:00 AM 至 to 9:00 AM | 9:00 AM 至 to 10:00 AM | 10:00 AM 至 to 11:00 AM | 11:00 AM 至 to 12:00 PM | 12:00 PM 至 to 1:00 PM | 1:00 PM 至 to 2:00 PM | 2:00 PM 至 to 3:00 PM | 3:00 PM 至 to 4:00 PM | 4:00 PM 至 to 5:00 PM | 5:00 PM 至 to 6:00 PM | 6:00 PM 至 to 7:00 PM | 7:00 PM 至 to 8:00 PM | 8:00 PM 至 to 9:00 PM | 9:00 PM 至 to 10:00 PM | 10:00 PM 至 to 10:30 PM |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (六) | 副場 Secondary Field | 田徑訓練 | | | | 暫停使用 Closed | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 2 | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (日) | 副場 Secondary Field | 暫停使用 Closed | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | |
| (一) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 4 | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (二) | 副場 Secondary Field | . | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | 暫停使用 Closed | |
| 5 | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (三) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 Closed |
| 6 | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | | |
| (四) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 7 | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (五) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 8 | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (六) | 副場 Secondary Field | 田徑訓練 | | | | 暫停使用 Closed | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 9 | 主場 Main Field | | | 足球 Soccer | 足球 Soccer | | | | | 足球 Soccer | 足球 Soccer | | | | | | | |
| (日) | 副場 Secondary Field | 暫停使用 Closed | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | |
| (一) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 11 | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (二) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | 暫停使用 Closed | |
| 12 | 主場 Main Field | 香港中學聯校田徑比賽 HK Inter-Secondry School Athletic Competition | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (三) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | 主場 Main Field | 香港中學聯校田徑比賽 HK Inter-Secondry School Athletic Competition | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | | |
| (四) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | | | | 暫停使用 | |
| 14 | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (五) | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 15 | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| (六) | 副場 Secondary Field | 暫停使用 Closed | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |

緩步跑時間 Jogging Hours

暫停使用 Closed

足球活動與緩步跑同時進行 (只開放6至8號線道供緩步跑用) For soccer and jogging at the same time (only Lanes 6 to 8 are open for jogging)

*** 如有節目調動，上述開放時間可能會有更改。 Jogging hours will be changed subject to change of booking.**

發出日期: Date of issue : 23/1/2019

最新更改日期 : Date of revision : 24/1/2020

# Jogging Time Table 緩步跑時間表 2/2020 (16-29)

| 日期 | 設施 Facilities | 6:30 AM 至 to 7:00 AM | 7:00 AM 至 to 8:00 AM | 8:00 AM 至 to 9:00 AM | 9:00 AM 至 to 10:00 AM | 10:00 AM 至 to 11:00 AM | 11:00 AM 至 to 12:00 PM | 12:00 PM 至 to 1:00 PM | 1:00 PM 至 to 2:00 PM | 2:00 PM 至 to 3:00 PM | 3:00 PM 至 to 4:00 PM | 4:00 PM 至 to 5:00 PM | 5:00 PM 至 to 6:00 PM | 6:00 PM 至 to 7:00 PM | 7:00 PM 至 to 8:00 PM | 8:00 PM 至 to 9:00 PM | 9:00 PM 至 to 10:00 PM | 10:00 PM 至 to 10:30 PM |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 16 (日) | 主場 Main Field | 西貢區新春10公里公開長跑比賽 Sai Kung District New Year 10km Long Distance Race | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 暫停使用 Closed | | | | |
| 17 (一) | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 18 (二) | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | . | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | 暫停使用 Closed | |
| 19 (三) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 Closed |
| 20 (四) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 21 (五) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 22 (六) | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | 暫停使用 Closed | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 23 (日) | 主場 Main Field | 菁英盃 Sapling Cup vs | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | | | | | 暫停使用 |
| 24 (一) | 主場 Main Field | 場地保養日Venue Maintenance Day | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 田總 | | | | | | 暫停使用 |
| 25 (二) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | 暫停使用 Closed | |
| 26 (三) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | | 暫停使用 Closed |
| 27 (四) | 主場 Main Field | 學校運動會 School Athletics Meet | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 青苗 | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |
| 28 (五) | 主場 Main Field | 香港學界小學校際田徑比賽 HK Inter-Primary School Athletic Competition | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 29 (六) | 主場 Main Field | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 副場 Secondary Field | 暫停使用 Closed | | | | | | | 田徑訓練 Athletic Training - 田總 | | | | | 田徑訓練 - 西貢體育會 | | | | 暫停使用 |

緩步跑時間 Jogging Hours

暫停使用 Closed

足球活動與緩步跑同時進行 (只開放6至8號線道供緩步跑用) For soccer and jogging at the same time (only Lanes 6 to 8 are open for jogging)

發出日期:
Date of issue : 23/1/2020

最新更改日期 :
Date of revision : 24/1/2020

*** 上述開放時間會因應節目調動而更改。 Jogging hours will be changed subject to change of booking.**