

# 天水圍運動場緩步跑開放時間(2026年3月) Opening Hour for Jogging of Tin Shui Wai Sports Ground in March 2026

備註 Notes:

A	緩步跑開放時間 Opening Hours for Jogging
L	為配合運動場內草地的球類活動，運動場只會開放跑道最外圍的6至8號線道給公眾人士作緩跑之用。Jogging will be confined to the outer lanes (nos. 6 to 8) of the track when the infield is being used for ball games.
B	團體預訂(運動會/田徑訓練/其他活動)，跑道暫停開放。Running tracks are closed for block booking (Athletic Meet / Athletic Training / Other Activity).
M	場地關閉 Venue closed

日期 Date 時間 Time	1 週日 Sun	2 週一 Mon	3 週二 Tue	4 週三 Wed	5 週四 Thu	6 週五 Fri	7 週六 Sat	8 週日 Sun	9 週一 Mon	10 週二 Tue	11 週三 Wed	12 週四 Thu	13 週五 Fri	14 週六 Sat	15 週日 Sun	16 週一 Mon	17 週二 Tue	18 週三 Wed	19 週四 Thu	20 週五 Fri	21 週六 Sat	22 週日 Sun	23 週一 Mon	24 週二 Tue	25 週三 Wed	26 週四 Thu	27 週五 Fri	28 週六 Sat	29 週日 Sun	30 週一 Mon	31 週二 Tue	
06:30 - 07:00	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	
07:00 - 07:30	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
07:30 - 08:00	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A
08:00 - 08:30	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A	B	A	
08:30 - 09:00	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A	B	A	
09:00 - 09:30	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A	B	A	
09:30 - 10:00	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	A	B	B	L	B	A	
10:00 - 10:30	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	A	B	B	L	B	A	
10:30 - 11:00	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	A	B	B	L	B	A	
11:00 - 11:30	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	M	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	A	B	B	L	B	A	
11:30 - 12:00	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	M	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	A	B	B	L	B	A	
12:00 - 12:30	L	B	B	A	B	B	B	A	A	A	M	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	A	B	B	L	B	A	
12:30 - 13:00	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	A	B	B	A	B	A	
13:00 - 13:30	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	M	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A	B	B	M	A	B	B	A	B	A	
13:30 - 14:00	A	B	B	A	B	B	B	L	A	A	M	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	L	B	B	M	A	B	B	A	B	A	
14:00 - 14:30	A	A	B	A	B	B	B	L	A	A	M	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	L	B	B	M	A	B	B	A	B	A	
14:30 - 15:00	A	A	B	A	B	B	B	L	A	A	M	B	B	B	A	B	B	A	A	B	B	L	B	B	M	A	B	B	A	B	A	
15:00 - 15:30	A	A	B	A	B	B	A	L	B	A	M	B	B	A	A	B	B	A	A	B	A	L	B	B	M	A	B	A	A	B	A	
15:30 - 16:00	A	A	B	A	B	B	A	L	B	A	M	B	B	A	A	B	B	A	A	B	A	L	B	B	M	A	B	A	A	B	A	
16:00 - 16:30	A	A	B	A	B	B	A	L	B	A	A	B	B	A	A	B	B	A	A	B	A	L	B	B	A	A	B	A	A	B	A	
16:30 - 17:00	A	A	A	A	B	B	L	L	B	A	A	B	B	A	L	B	B	A	A	B	A	L	B	B	A	A	B	L	A	B	A	
17:00 - 17:30	A	A	A	A	A	A	L	L	A	A	A	A	B	A	L	B	B	A	A	A	A	L	B	B	A	A	A	L	A	A	A	
17:30 - 18:00	A	A	A	A	A	A	L	L	A	A	A	A	B	A	L	B	B	A	A	A	A	L	B	B	A	A	A	L	A	A	A	
18:00 - 18:30	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	
18:30 - 19:00	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	
19:00 - 19:30	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	A	L	A	A	A	L	L	L	L	A	
19:30 - 20:00	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	L	L	A	A	A	L	L	L	L	A	L	A	A	A	L	L	A	L	
20:00 - 20:30	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	L	L	A	A	A	L	L	L	L	A	L	A	A	A	L	L	A	L	
20:30 - 21:00	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	L	L	A	A	A	L	L	L	L	A	L	A	A	A	L	L	A	L	
21:00 - 21:30	L	A	L	A	A	L	A	L	L	L	A	A	A	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	L	A	A	A	A	A	L	A	
21:30 - 22:00	L	A	L	A	A	L	A	L	L	L	A	A	A	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	L	A	A	A	A	A	L	A	
22:00 - 22:30	L	A	L	A	A	L	A	L	L	L	A	A	A	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	L	A	A	A	A	A	L	A	

場地的預訂情況會隨時更改，請向場地查詢最新安排。The booking condition is subject to change from time to time. For updated arrangement, please contact the venue direct.

發出日期 Date of issue 26/2/2026

最新更新日期 Date of latest update 6/3/2026

## 暫停開放的詳情 Details of the Temporary Closure

暫停開放時期及時間 Date & Time of Temporary Closure	設施 Facilities	原因 Reason	備註 Remarks
2026/03/02 08:00 - 14:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會元朗真光小學 Organiser: CCC Chun Kwong Primary School
2026/03/03 08:00 - 16:30	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 道慈佛社楊日霖紀念學校 Organiser: Buddhist To Chi Fat She Yeung Yat Lam Memorial School
2026/03/05 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會基朗中學 Organiser: CCC Kei Long College
2026/03/06 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會基朗中學 Organiser: CCC Kei Long College
2026/03/07 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 仁愛堂吳黃鳳英幼稚園 Organiser: Yan Oi Tong Ng Wong Fung Ying Kindergarten
2026/03/07 13:00 - 15:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association
2026/03/09 15:00 - 17:00	全場 All	田徑訓練 Athletic Training	主辦機構: 中國香港學界體育聯會元朗區小學分會 Organiser: The Schools Sports Federation of Hong Kong, China Y.L. Pri.Sch. Committee
2026/03/11 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/03/12 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 萬鈞教育機構(聯校) Organiser: Man Kwan Educational Organisation Limited(joint school)

2026/03/13 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 十八鄉鄉事委員會公益社小學 Organiser: Shap Pat Heung Rural Committee Kung Yik She Primary School
2026/03/14 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 東華三院姚達之紀念小學(元朗) Organiser: TWGHs Yiu Dak Chi Memorial Primary School
2026/03/14 13:00 - 15:00	全場 All	田徑訓練 Athletic Training	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association
2026/03/16 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天主教崇德英文書院 Organiser: Shung Tak Catholic English College
2026/03/17 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天主教崇德英文書院 Organiser: Shung Tak Catholic English College
2026/03/19 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 光明英來學校 Organiser: Kwong Ming Ying Loi School
2026/03/20 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍天主教小學 Organiser: Tin Shui Wai Catholic Primary School
2026/03/21 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 宣道會陳李詠貞紀念幼稚園 Organiser: Christian Alliance Chen Lee Wing Tsing Memorial Kindergarten
2026/03/21 13:00 - 15:00	全場 All	田徑訓練 Athletic Training	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association
2026/03/23 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 嗇色園主辦可銘學校 Organiser: Ho Ming Primary School (Sponsored by Sik Sik Yuen)
2026/03/23 13:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 激活幼稚園 Organiser: Gigamind Kindergarten

2026/03/24 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 元朗官立小學 Organiser: Yuen Long Government Primary School
2026/03/25 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/03/27 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍天主教小學 Organiser: Tin Shui Wai Catholic Primary School
2026/03/28 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 潮陽百欣小學 Organiser: Chiu Yang Por Yen Primary School
2026/03/28 13:00 - 15:00	全場 All	田徑訓練 Athletic Training	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association
2026/03/30 08:00 - 17:00	全場 All	田徑訓練 Athletic Training	主辦機構: 東華三院李東海小學 Organiser: TWGHs Leo Tung-hai LEE Primary School