

天水圍運動場緩步跑開放時間(2026年9月) Opening Hour for Jogging of Tin Shui Wai Sports Ground in September 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 週二 Tue	2 週三 Wed	3 週四 Thu	4 週五 Fri	5 週六 Sat	6 週日 Sun	7 週一 Mon	8 週二 Tue	9 週三 Wed	10 週四 Thu	11 週五 Fri	12 週六 Sat	13 週日 Sun	14 週一 Mon	15 週二 Tue	16 週三 Wed	17 週四 Thu	18 週五 Fri	19 週六 Sat	20 週日 Sun	21 週一 Mon	22 週二 Tue	23 週三 Wed	24 週四 Thu	25 週五 Fri	26 週六 Sat	27 週日 Sun	28 週一 Mon	29 週二 Tue	30 週三 Wed
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
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
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
08:00 - 08:30	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A
08:30 - 09:00	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A
09:00 - 09:30	A	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A
09:30 - 10:00	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	L	L	B	B	A
10:00 - 10:30	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	L	L	B	B	A
10:30 - 11:00	A	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	L	L	B	B	A
11:00 - 11:30	A	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	B	B	A	L	B	B	A
11:30 - 12:00	A	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	B	B	A	L	B	B	A
12:00 - 12:30	A	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	A	L	B	B	M	B	B	A	L	B	B	A
12:30 - 13:00	A	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	A	A	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
13:00 - 13:30	A	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
13:30 - 14:00	A	A	B	B	B	L	B	B	M	B	A	B	A	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
14:00 - 14:30	A	A	B	B	B	L	B	B	M	A	A	B	A	B	B	A	B	B	B	L	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
14:30 - 15:00	A	A	B	B	B	L	B	B	M	A	A	B	A	A	B	A	B	B	B	L	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
15:00 - 15:30	A	A	B	B	A	L	B	B	M	A	A	A	A	A	B	A	B	B	A	L	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
15:30 - 16:00	A	A	B	B	A	L	A	B	M	A	A	A	A	A	B	A	B	B	A	L	B	B	M	B	B	A	A	B	B	A
16:00 - 16:30	A	A	B	B	A	L	A	B	A	A	A	A	A	A	B	A	B	B	A	L	B	B	A	B	B	A	A	B	B	A
16:30 - 17:00	A	A	B	B	A	L	A	B	A	A	A	A	A	A	B	A	B	B	A	L	B	B	A	B	B	A	L	B	B	A
17:00 - 17:30	A	A	A	A	A	L	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	B	A	A	L	A	A	A	B	A	A	L	B	B	A
17:30 - 18:00	A	A	A	A	A	L	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	B	A	A	L	A	A	A	B	A	A	L	B	B	A
18:00 - 18:30	A	A	A	A	L	L	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A
18:30 - 19:00	A	A	A	A	L	L	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A
19:00 - 19:30	A	A	A	A	L	L	L	A	A	L	A	A	L	L	L	A	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A
19:30 - 20:00	A	A	L	L	L	L	L	L	A	L	A	L	L	L	L	A	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A
20:00 - 20:30	A	A	L	L	L	L	L	L	A	L	A	L	L	L	L	A	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A
20:30 - 21:00	A	A	L	L	L	L	L	L	A	L	A	L	L	L	L	A	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A
21:00 - 21:30	A	A	A	A	L	A	A	L	A	A	A	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	A
21:30 - 22:00	A	A	A	A	L	A	A	L	A	A	A	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	A
22:00 - 22:30	A	A	A	A	L	A	A	L	A	A	A	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	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 14/9/2026

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
2026/9/3 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 伊利沙伯中學舊生會中學 Organiser: Queen Elizabeth School Old Students' Association Secondary School
2026/9/4 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 賽馬會萬鈞毅智書院 Organiser: Jockey Club Man Kwan EduYoung College
2026/9/5 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 伊利沙伯中學舊生會中學 Organiser: Queen Elizabeth School Old Students' Association Secondary School
2026/9/5 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
2026/9/7 08:00 - 15:30	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 東華三院郭一葦中學 Organiser: Tung Wah Group of Hospitals Kwok Yat Wai College
2026/9/8 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 東華三院郭一葦中學 Organiser: Tung Wah Group of Hospitals Kwok Yat Wai College

2026/9/9 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/9/10 08:00 - 14:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會基元中學 Organiser: CCC Kei Yuen College
2026/9/11 08:00 - 13:30	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會基元中學 Organiser: CCC Kei Yuen College
2026/9/12 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 基督教香港信義會元朗信義中學 Organiser: The ELCHK Yuen Long Lutheran Secondary School
2026/9/12 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
2026/9/14 08:00 - 14:30	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 基督教香港信義會元朗信義中學 Organiser: The ELCHK Yuen Long Lutheran Secondary School
2026/9/15 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 賽馬會萬鈞毅智書院 Organiser: Jockey Club Man Kwan EduYoung College
2026/9/17 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 東華三院馬振玉紀念中學 Organiser: TWGHs C. Y. Ma Memorial College

2026/9/18 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 東華三院馬振玉紀念中學 Organiser: TWGHs C. Y. Ma Memorial College
2026/9/18 13:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 光明英來學校 Organiser: Kwong Ming Ying Loi School
2026/9/19 08:00 - 12:00	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
2026/9/19 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
2026/9/21 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會方潤華中學 Organiser: CCC Fong Yun Wah Secondary School
2026/9/22 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教會方潤華中學 Organiser: CCC Fong Yun Wah Secondary School
2026/9/23 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/9/24 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 順德聯誼總會翁祐中學 Organiser: Shun Tak Fraternal Association Yung Yau College

2026/9/25 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 順德聯誼總會翁祐中學 Organiser: Shun Tak Fraternal Association Yung Yau College
2026/9/28 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 萬鈞伯裘書院 Organiser: Man Kwan Pak Kau College
2026/9/29 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 萬鈞伯裘書院 Organiser: Man Kwan Pak Kau College