

天水圍運動場緩步跑開放時間(2026年10月) Opening Hour for Jogging of Tin Shui Wai Sports Ground in October 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 週四 Thu	2 週五 Fri	3 週六 Sat	4 週日 Sun	5 週一 Mon	6 週二 Tue	7 週三 Wed	8 週四 Thu	9 週五 Fri	10 週六 Sat	11 週日 Sun	12 週一 Mon	13 週二 Tue	14 週三 Wed	15 週四 Thu	16 週五 Fri	17 週六 Sat	18 週日 Sun	19 週一 Mon	20 週二 Tue	21 週三 Wed	22 週四 Thu	23 週五 Fri	24 週六 Sat	25 週日 Sun	26 週一 Mon	27 週二 Tue	28 週三 Wed	29 週四 Thu	30 週五 Fri	31 週六 Sat	
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	B	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	B	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	B	A	A	A	A	A	A
08:00 - 08:30	A	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
08:30 - 09:00	A	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
09:00 - 09:30	A	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	A	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
09:30 - 10:00	A	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
10:00 - 10:30	A	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
10:30 - 11:00	A	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	B	B	A	B	B	B	L	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	A	B	B	B
11:00 - 11:30	A	B	B	L	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	L	L	B	A	B	B	B	B	B	B	B	M	B	B	B
11:30 - 12:00	A	B	B	L	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	B	L	L	B	A	B	B	B	B	B	B	B	M	B	B	B
12:00 - 12:30	A	B	A	L	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	A	L	L	B	A	B	B	A	B	B	B	M	B	B	B	
12:30 - 13:00	A	B	A	A	B	B	A	B	B	B	A	B	B	M	B	B	A	A	A	B	A	B	B	A	B	B	B	M	B	B	B	
13:00 - 13:30	A	B	B	A	B	A	A	A	B	B	A	B	B	M	B	B	B	A	A	B	A	B	B	B	B	B	B	M	B	B	A	
13:30 - 14:00	A	A	B	L	B	A	A	A	B	B	A	B	B	M	B	B	B	L	A	B	A	B	B	B	B	B	B	M	B	B	A	
14:00 - 14:30	A	A	B	L	B	A	A	A	A	B	A	B	B	M	B	B	B	L	A	B	A	B	B	B	B	B	B	M	B	B	A	
14:30 - 15:00	A	A	B	L	B	A	A	A	A	B	A	B	A	M	B	B	B	L	A	B	A	B	B	B	B	B	B	M	B	B	A	
15:00 - 15:30	A	A	A	L	B	A	A	A	A	A	A	B	A	M	B	B	A	L	A	B	A	B	B	A	A	B	B	M	B	B	A	
15:30 - 16:00	A	A	A	L	B	A	A	A	A	A	A	B	A	M	B	B	A	L	A	B	A	B	B	A	A	B	B	M	B	B	A	
16:00 - 16:30	A	A	A	L	B	A	A	A	A	A	A	A	A	A	B	B	A	L	A	B	A	B	B	A	A	B	B	A	B	B	A	
16:30 - 17:00	A	A	A	L	B	A	A	A	A	A	L	A	A	A	B	B	L	L	A	B	A	B	B	B	A	B	B	A	B	B	B	
17:00 - 17:30	A	A	A	L	A	A	A	A	A	A	L	A	A	A	B	A	L	L	A	A	A	A	B	B	B	A	A	A	A	A	A	B
17:30 - 18:00	A	A	A	L	A	A	A	A	A	A	L	A	A	A	B	A	L	L	A	A	A	A	B	B	B	A	A	A	A	A	A	B
18:00 - 18:30	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	B	A	L	L	A	L	L	B	
18:30 - 19:00	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	B	A	L	L	A	L	L	B	
19:00 - 19:30	A	L	L	L	L	A	A	A	L	L	L	A	A	A	A	L	L	L	A	L	A	A	L	B	A	L	L	A	L	L	B	
19:30 - 20:00	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A	L	L	L	L	L	L	A	L	L	B	A	L	A	A	L	L	B	
20:00 - 20:30	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A	L	L	L	L	L	L	A	L	L	B	A	L	A	A	L	L	B	
20:30 - 21:00	A	L	L	L	L	L	A	L	L	L	A	L	L	A	L	L	L	L	L	L	A	L	L	B	A	L	A	A	L	L	B	
21:00 - 21:30	A	L	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	A	A	L	L	B	A	A	A	A	L	A	B
21:30 - 22:00	A	L	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	A	A	L	L	B	A	A	A	A	L	A	B
22:00 - 22:30	A	L	L	A	A	A	A	A	L	L	A	A	L	A	L	L	A	A	A	A	A	A	L	L	B	A	A	A	A	L	A	B

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 13/10/2026

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
2026/10/2 08:00 - 13:30	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 光明學校 Organiser: Kwong Ming School
2026/10/3 08:00 - 12:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 宣道會葉紹蔭紀念小學 Organiser: Christian Alliance S.Y. Yeh Memorial Primary School
2026/10/3 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
2026/10/5 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍香島中學 Organiser: Heung To Middle School (Tin Shui Wai)
2026/10/6 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍香島中學 Organiser: Heung To Middle School (Tin Shui Wai)
2026/10/8 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍循道衛理中學 Organiser: Tin Shui Wai Methodist College
2026/10/9 08:00 - 14:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 聖公會聖約瑟小學 Organiser: S.K.H. St. Joseph's Primary School

2026/10/10 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 元朗公立中學校友會鄧英業小學 Organiser: Y.L.P.M.S.Alumni Association Tang Ying Yip Primary School
2026/10/10 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
2026/10/12 08:00 - 16:00	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
2026/10/13 08:00 - 14:30	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
2026/10/14 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/10/15 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 裘錦秋中學（元朗） Organiser: Ju Ching Chu Secondary School (Yuen Long)
2026/10/16 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 裘錦秋中學（元朗） Organiser: Ju Ching Chu Secondary School (Yuen Long)
2026/10/17 08:00 - 12:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 中華基督教青年會小學 Organiser: Chinese Y.M.C.A. Primary School

2026/10/17 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
2026/10/20 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 八鄉中心小學 Organiser: Pat Heung Central Primary School
2026/10/22 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 新界鄉議局元朗區中學 Organiser: N.T. Heung Yee Kuk Yuen Long District Secondary School
2026/10/23 08:00 - 18:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 新界鄉議局元朗區中學 Organiser: N.T. Heung Yee Kuk Yuen Long District Secondary School
2026/10/24 08:00 - 12:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 博愛醫院歷屆總理聯誼會梁省德學校 Organiser: The association of the Directors and Former Directors of Pok Oi Hospital Ltd. Leung Sing Tak School
2026/10/24 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
2026/10/24 16:30 - 22:30	全場 All	其他活動 (元朗區體育節 2026 開幕典禮 暨元天街跑及單線滾軸賽) Other Activity	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association
2026/10/25 06:30 - 15:00	全場 All	其他活動 (元朗區體育節 2026 開幕典禮 暨元天街跑及單線滾軸賽) Other Activity	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association

2026/10/26 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 聖公會天水圍靈愛小學 Organiser: S.K.H. Tin Shui Wai Ling Oi Primary School
2026/10/26 13:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 元朗商會小學 Organiser: Yuen Long Merchants Association Primary School
2026/10/27 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 元朗官立小學 Organiser: Yuen Long Government Primary School
2026/10/28 11:00 - 16:00	全場 All	定期保養日 Maintenance Day	
2026/10/29 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 香港青年協會李兆基書院 Organiser: HKFYG Lee Shau Kee College
2026/10/30 08:00 - 17:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 香港青年協會李兆基書院 Organiser: HKFYG Lee Shau Kee College
2026/10/31 08:00 - 13:00	全場 All	運動會 Athletic Meet	主辦機構: 天水圍循道衛理中學 Organiser: Tin Shui Wai Methodist College
2026/10/31 16:30 - 22:30	全場 All	其他活動 (元朗區體育節 2026 開幕典禮暨 元天街跑及單線滾軸賽) 後備日	主辦機構: 元朗區體育會 Organiser: Yuen Long District Sports Association