康乐及文化事务署
社区康乐活动
2021年5月份康乐体育活动一览表

元朗区

活动编号（班号）	日期	星期	时间	地点	年龄	费用（$）	名额	报名/投表日期（抽签日期）〔公开候补日期〕	报名方式
长跑训练班									
40596538 (YL0228-21)	22/5-24/7	六	9:00-11:00	天水围运动场	16+	130	20	3/5	
儿童第一阶段捷泳训练班 - IC1									
40595764 (YL0209-21)	5/5-28/5 (19/5)除外	一,三,五	19:30-20:30	天水围游泳池(训练池)	5-8	100	8	29/4	
少年第一阶段胸泳训练班 - IJ1									
40595744 (YL0206-21)	5/5-28/5 (19/5)除外	一,三,五	17:00-18:00	天水围游泳池(训练池)	9-12	100	8	29/4	
成人第一阶段捷泳训练班 - IA1									
40595783 (YL0208-21)	5/5-28/5 (19/5)除外	一,三,五	18:30-19:30	天水围游泳池(训练池)	18+	100	8	29/4	
成人第一阶段捷泳训练班 - IA2									
40595785 (YL0197-21)	4/5-27/5 (18/5)除外	二,四,六	9:00-10:00	元朗游泳池(训练池)	18+	100	8	28/4	
成人第一阶段胸泳训练班 - IA2									
40595780 (YL0207-21)	5/5-28/5 (19/5)除外	一,三,五	20:30-21:30	天水围游泳池(训练池)	18+	100	8	29/4	
健体舞训练班									
40596186 (YL0212-21)	6/5-17/6 (15/6)除外	二,四	8:00-9:00	朗屏体育馆	14+	65	15	30/4	
40596188 (YL0242-21)	25/5-6/7 (1/7)除外	二,四	8:00-9:00	屏山天水围体育馆	14+	65	15	4/5	
40596283 (YL0245-21)	27/5-8/7 (1/7)除外	二,四	18:00-19:00	天水围体育馆	14+	65	15	4/5	
水中健体训练班									
40596497 (YL0186-21)	3/5-9/6 (19/5,21/5,28/5)除外	一,三,五	9:00-10:00	元朗游泳池(训练池)	14+	80	15	27/4	
爵士舞训练班									
40596528 (YL0224-21)	10/5-19/7 (14/6)除外	一	20:00-22:00	朗屏体育馆	12+	70	15	30/4	
柔道训练班									
40596536 (YL0203-21)	4/5-6/7	二	18:00-20:00	朗屏体育馆	6+	65	15	28/4	
正确使用健身室设施简介会									
40596356 (YL0234-21)	16/5	日	9:00-12:00	天水围体育馆	15+	免费	12	4/5	
身心伸展训练班									
40596301 (YL0202-21)	4/5-11/6	二,五	10:00-11:00	朗屏体育馆	15+	85	12	28/4	
元朗区亲子同乐计划 - 小型网球同乐日									
40596540 (YL0230-21)	15/5	六	12:00-13:00	凤琴街体育馆	6+	免费	8	3/5	
40596541 (YL0231-21)	15/5	六	13:00-14:00	凤琴街体育馆	6+	免费	8	3/5	
40596543 (YL0232-21)	15/5	六	14:00-15:00	凤琴街体育馆	6+	免费	8	3/5	
壁球训练班									
40596553 (YL0221-21)	8/5-26/6	六	15:30-17:30	元朗赛马会壁球场	7+	160	6	30/4	
40596563 (YL0248-21)	31/5-24/6	一,四	19:30-21:30	元朗赛马会壁球场	7+	160	6	4/5	
40596564 (YL0247-21)	28/5-23/6	三,五	20:00-22:00	天水围体育馆	7+	160	6	4/5	
乒乓球训练班									
40597557 (YL0241-21)	21/5-23/6	三,五	17:00-19:00	屏山天水围体育馆	6+	86	12	4/5	
网球训练班									
40596977 (YL0190-21)	3/5-7/6 (19/5)除外	一,三	19:00-21:00	天水围公园	8+	170	6	27/4	
40597556 (YL0235-21)	18/5-18/6	二,五	20:00-22:00	天水围公园	8+	170	6	4/5	
普及体育推广计划 - 门球同乐日									
40596449 (YL0233-21)	15/5	六	9:00-11:00	元朗公园	8+	免费	7	3/5	

长者活动编号（班号）（供60岁或以上人士参加，费用全免）	日期	星期	时间	地点	名额	报名/投表日期（抽签日期）〔公开候补日期〕	报名方式
长者第一阶段游泳训练班 - IE1							
40595807 (YL0198-21)	4/5-27/5 (18/5)除外	二,四,六	7:00-8:00	元朗游泳池(训练池)	8	28/4	
长者第一阶段游泳训练班 - IE2							
40595862 (YL0199-21)	4/5-27/5 (18/5)除外	二,四,六	8:00-9:00	元朗游泳池(训练池)	8	28/4	
长者水中健体训练班							
40596502 (YL0187-21)	3/5-9/6 (19/5,21/5,28/5)除外	一,三,五	8:00-9:00	元朗游泳池(训练池)	15	27/4	
活力长者计划 - 社交舞同乐							
40596544 (YL0210-21)	5/5-2/6 (19/5)除外	三	15:00-16:00	朗屏体育馆	16	29/4	
活力长者计划 - 健体同乐							

40596375 (YL0211-21)	5/5-2/6 (19/5)除外	三	14:00-15:00	朗屏体育馆	15	29/4	
活力长者计划 - 门球同乐							
40596442 (YL0191-21)	3/5-17/5	一,四	7:00-9:00	元朗公园	7	27/4	
活力长者计划 – 乒乓球同乐							
40597560 (YL0188-21)	3/5-24/5	一	9:00-10:00	屏山天水围体育馆	12	27/4	
40597562 (YL0189-21)	3/5-24/5	一	10:00-11:00	屏山天水围体育馆	12	27/4	
长者美式桌球训练班							
40596287 (YL0205-21)	10/5-31/5	一	9:00-11:00	元朗罗弼时爵士壁球场	6	28/4	