

康樂及文化事務署
社區康樂活動
2022年8月份康樂體育活動一覽表

離島區

活動編號(班號)	日期	星期	時間	地點	年齡	費用(\$)	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) (公開候補日期)	報名方式
兒童/少年捷泳訓練班 (第一階段)									
40632482 (IS0026)	15/8-31/8	一,三,四	9:45-11:00	梅窩游泳池	5-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
成人胸泳訓練班 (第三階段)									
40632767 (IS0524)	1/8-22/8	一,三,五	8:00-9:00	東涌游泳池	18+	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
青年/成人捷泳訓練班 (第一階段)									
40632490 (IS0034)	10/8-28/9	三	20:00-21:15	梅窩游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
青年/成人胸泳訓練班 (第一階段)									
40632484 (IS0028)	8/8-3/10 (12/9)除外	一	20:00-21:15	梅窩游泳池	13+	100	16	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
兒童/少年/青年捷泳訓練班 (第二階段)									
40632488 (IS0032)	15/8-31/8	一,三,四	14:30-15:45	梅窩游泳池	5-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
兒童/少年/青年胸泳訓練班 (第二階段)									
40632483 (IS0027)	15/8-31/8	一,三,四	15:45-17:00	梅窩游泳池	5-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
兒童/少年胸泳訓練班 (第一階段)									
40632481 (IS0025)	15/8-31/8	一,三,四	11:00-12:15	梅窩游泳池	5-12	100	16	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
成人背泳訓練班									
40632757 (IS0522)	1/8-22/8	一,三,五	19:30-20:30	東涌游泳池	18+	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
成人蝶泳訓練班									
40632782 (IS0526)	1/8-22/8	一,三,五	9:00-10:00	東涌游泳池	18+	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
40632785 (IS0527)	1/8-22/8	一,三,五	20:30-21:30	東涌游泳池	18+	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
捷泳訓練班 (第三階段) (17-)									
40632822 (IS0540)	1/8-22/8	一,三,五	16:00-17:00	東涌游泳池	0-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
胸泳訓練班 (第三階段) (17-)									
40632814 (IS0538)	1/8-22/8	一,三,五	15:00-16:00	東涌游泳池	0-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
蝶泳訓練班 (9-17)									
40632825 (IS0541)	1/8-22/8	一,三,五	14:00-15:00	東涌游泳池	9-17	100	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	☒
健體舞訓練班									
40632610 (IS1542)	2/8-8/9	二,四	19:00-20:00	東涌文東路體育館	14+	65	30	1/7	☒ i
40632677 (IS0299)	21/8-6/11	日	9:00-10:00	梅窩體育館	14+	65	30	21/7	☒ i
器械健體訓練班									
<p>@ 從未參加過器械健體訓練班或已屆滿不合資格期的申請者，均視作「新申請者」，可享優先報名權。 不合資格期指由上次獲取錄參加的器械健體訓練班完成月份起計，直至下年同一月份的最後一天。例如：如申請者最後參加器械健體訓練班的完班月份為2016年3月，其不合資格期將由2016年3月開始至2017年3月31日為止。 以先到先得方式報名的訓練班：報名首日只接受新申請者報名，餘額於翌日上午8時30分開始公開接受報名 以抽籤方式報名的訓練班：新申請者將獲優先取錄，餘額則按抽籤結果由其他申請人填補。</p>									
40632538 (IS1132)	1/8-26/8	一,三,五	19:00-20:00	長洲體育館	15+	75	15	@23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
40632539 (IS1133)	1/8-26/8	一,三,五	20:00-21:00	長洲體育館	15+	75	15	@23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
40632634 (IS1548)	9/8-15/9	二,四	14:00-15:00	東涌文東路體育館	15+	75	30	@9/7	☒ i
40632648 (IS1557)	22/8-3/10 (12/9)除外	一,三	20:00-21:00	東涌文東路體育館	15+	75	30	@22/7	☒ i
爵士舞訓練班									
40632505 (IS1119)	4/8-6/10	四	19:15-21:15	海傍街體育館	12+	70	20	4/7	☒ i
40632682 (IS0301)	21/8-23/10	日	10:00-12:00	梅窩體育館	12+	70	30	21/7	☒ i
社交舞同樂日									
40632521 (IS1125)	14/8	日	19:45-22:15	海傍街體育館	14+	免費	50	14/7	☒ i
太極同樂日									
40632492 (IS0036)	16/8	二	14:00-15:00	愉景灣社區會堂	6+	免費	40	16/8	即場報名
40632493 (IS0037)	16/8	二	15:00-16:00	愉景灣社區會堂	6+	免費	40	16/8	即場報名
40632494 (IS0038)	16/8	二	16:00-17:00	愉景灣社區會堂	6+	免費	40	16/8	即場報名
簡易太極班									
40632698 (IS0771)	5/8-31/8	一,三,五	19:45-20:45	坪洲海濱遊樂場	6+	54	30	6/7	☒ i
40632707 (IS0772)	5/8-31/8	一,三,五	20:45-21:45	坪洲海濱遊樂場	6+	54	30	6/7	☒ i
40632728 (IS0971)	5/8-31/8	一,三,五	7:15-8:15	東涌富東村羽毛球場	6+	54	18	6/7	☒ i
正確使用健身室設施簡介會									
40632520 (IS1124)	14/8	日	9:00-12:00	長洲體育館	15+	免費	15	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
40632671 (IS0295)	21/8	日	14:00-17:00	坪洲體育館	15+	免費	18	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
40632676 (IS0298)	14/8	日	14:00-17:00	梅窩體育館	15+	免費	18	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
正確使用健身室設施簡介會(英語授課)									
40632642 (IS1551)	14/8	日	19:00-22:00	東涌文東路體育館	15+	免費	25	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
身心伸展訓練班									
40632522 (IS1126)	14/8-30/10	日	12:00-13:00	長洲體育館	15+	85	24	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒
40632524 (IS1127)	14/8-30/10	日	13:00-14:00	長洲體育館	15+	85	24	23/6-29/6 (6/7){28/7}	☒

羽毛球訓練班									
40632528 (IS1128)	20/8-29/10 (1/10)除外	六	14:30-16:30	長洲體育館	7+	118	16	23/6-29/6 (6/7){28/7}	✉
40632530 (IS1129)	20/8-29/10 (1/10)除外	六	16:30-18:30	長洲體育館	7+	118	16	23/6-29/6 (6/7){28/7}	✉
40632644 (IS1553)	17/8-16/9	三,五	9:00-11:00	東涌文東路體育館	7+	118	16	23/6-29/6 (6/7){28/7}	✉
乒乓球同樂日									
40632503 (IS0148)	13/8	六	10:00-12:00	愉景灣社區會堂	6+	免費	12	13/7	📄 i
籃球同樂日									
40632643 (IS1552)	14/8	日	15:00-17:00	東涌文東路體育館	10+	免費	30	14/8	📄
五人足球同樂日									
40632688 (IS0304)	29/8	一	16:15-17:45	坪洲體育館	6-19	免費	30	29/8	📄
足球同樂日									
40632735 (IS0973)	7/8	日	16:00-18:00	東涌遊樂場足球場	6+	免費	30	7/8	即場報名
沙灘排球同樂日									
40632491 (IS0035)	13/8	六	14:00-18:00	銀礦灣泳灘	10+	免費	60	13/8	即場報名
園藝講座 - 迷你小瓶栽									
40632742 (IS0975)	25/8	四	15:30-17:30	東涌北公園活動室	6+	30	24	25/7	📄 i

長者活動編號 (班號) (供60歲或以上人士參加, 費用全免)	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) (公開候補日期)	報名 方式
長者游泳訓練班 (第三階段)							
40632793 (IS0529)	1/8-22/8	一,三,五	7:00-8:00	東涌游泳池	20	22/6-28/6 (5/7){27/7}	✉
長者健體訓練班							
40632674 (IS0296)	11/8-24/9	四,六	8:00-9:00	坪洲體育館	30	11/7	📄 i
長者康體匯絃 - 太極							
40632656 (IS0291)	4/8-25/8	四	9:30-10:30	梅窩體育館	90	4/8-25/8	即場報名
長者室內短墊滾球訓練班							
40632650 (IS1559)	23/8-18/10 (4/10)除外	二	13:30-15:30	東涌文東路體育館	16	23/6-29/6 (6/7){28/7}	✉
長者室內門球訓練班							
40632651 (IS1560)	23/8-18/10 (4/10)除外	二	10:00-12:00	東涌文東路體育館	15	23/6-29/6 (6/7){28/7}	✉
活力長者計劃 - 乒乓球同樂							
40632616 (IS1544)	3/8-31/8	三	10:00-11:00	東涌文東路體育館	16	3/7	📄 i
40632654 (IS0289)	2/8-30/8	二	9:00-11:00	坪洲體育館	16	2/8	即場報名
長者康體匯絃 - 門球							
40632560 (IS1139)	30/8-27/9	二	9:00-11:00	長洲體育館	50	30/8-27/9	即場報名