


康樂及文化事務署
社區康樂活動
2022年9月份康樂體育活動一覽表

荃灣區

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
拯溺訓練班(銅章)									
40638027	6/9-25/10 (1/10,4/10,22/10)除外	二,四,六	19:30-21:30	城門谷游泳池	13+	108	19	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
成人胸泳訓練班(第一階段)									
40627471	3/9-24/9	二,四,六	9:00-10:00	荃景圍胡志游泳池	18+	100	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
成人捷泳訓練班(第二階段)									
40631300	2/9-26/9 (12/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	城門谷游泳池	18+	100	19	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
成人胸泳訓練班(第二階段)									
40631302	2/9-26/9 (12/9)除外	一,三,五	20:30-21:30	城門谷游泳池	18+	100	19	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
健體舞訓練班									
40638028	13/9-25/10 (4/10)除外	二,四	16:00-17:00	荃景圍體育館	14+	65	20	3/8	☒ i
40638029	13/9-25/10 (4/10)除外	二,四	17:00-18:00	荃景圍體育館	14+	65	20	3/8	☒ i
40638030	5/9-17/10 (12/9)除外	一,三	10:00-11:00	荃灣體育館	14+	65	20	2/8	☒ i
40638031	5/9-17/10 (12/9)除外	一,三	11:00-12:00	荃灣體育館	14+	65	20	2/8	☒ i
中國舞訓練班									
40638357	7/9-9/11	三	11:00-13:00	荃景圍體育館	12+	45	20	17/8	☒ 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>									
40638325	19/9-26/10	一,三	12:00-13:00	荃灣體育館	15+	75	30	@9/8	☒ i
40638329	19/9-26/10	一,三	13:00-14:00	荃灣體育館	15+	75	30	@9/8	☒ i
40638330	19/9-26/10	一,三	14:00-15:00	荃灣體育館	15+	75	30	@9/8	☒ i
40638334	9/9-19/10	三,五	19:00-20:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@9/8	☒ i
40638337	9/9-19/10	三,五	20:00-21:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@9/8	☒ i
40638339	13/9-25/10 (4/10)除外	二,四	14:00-15:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@10/8	☒ i
40638340	13/9-25/10 (4/10)除外	二,四	15:00-16:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@10/8	☒ i
社交舞訓練班									
40638361	17/9-26/11 (1/10)除外	六	11:00-13:00	楊屋道體育館	14+	86	30	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
簡易太極班									
40638874	14/9-21/10	三,五	9:00-10:00	荃景圍體育館	6+	54	30	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
瑜伽訓練班									
40638876	22/9-27/10 (4/10)除外	二,四	13:00-15:00	荃景圍體育館	15+	85	30	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
正確使用健身室設施簡介會									
40638268	3/9	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638275	11/9	日	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638291	18/9	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638295	25/9	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
羽毛球訓練班									
40638233	5/9-10/10 (12/9)除外	一,三	19:00-21:00	荃景圍體育館	7+	118	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638259	2/9-5/10	三,五	19:00-21:00	楊屋道體育館	7+	118	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
網球訓練班									
40638827	1/9-6/10 (4/10)除外	二,四	19:00-21:00	城門谷公園	8+	170	8	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638829	2/9-7/10 (4/10)除外	二,五	20:00-22:00	荃灣海濱公園	8+	170	8	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638837	7/9-7/10	三,五	9:00-11:00	荃景圍遊樂場	8+	170	8	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
40638844	28/9-28/10	三,五	19:00-21:00	沙咀道遊樂場	8+	170	8	20/7-26/7 (4/8){23/8}	☒
運動攀登同樂日									
40638806	3/9	六	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	11/8	☒ i
40638808	3/9	六	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	11/8	☒ i
殘疾人士活動編號(班號)									
(費用全免)	日期	星期	時間	地點	年齡	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) {公開候補日期}	報名方式	
專為殘疾人士而設的康體活動的報名方法(詳情請參閱報名須知內的報名方式)									
每名參加者可帶同一名同行照料者出席,報名費用全免。有關同行照料者的安排如下: 因應2019冠狀病毒病的最新情況,為方便控制參加人數,同行照料者如欲陪同殘疾人士參加任何專為殘疾人士而設的康體活動,均須報名,直至另行通知。									
長期病患者器械健體訓練計劃									
40626055	2/9-21/10	五	11:00-12:00	楊屋道體育館	18-70	3	18/8	☒ i	

精神病康復者水中健體訓練班

40629065	2/9-26/10 (14/9,7/10,14/10,19/10) 除外	三,五	14:00-15:00	城門谷游泳池	14+	10	19/8	 
----------	--	-----	-------------	--------	-----	----	------	---

精神病康復者高爾夫球同樂日

40638943	27/9	二	14:00-16:00	屯門康樂體育中心	20-75	3	5/8	 
----------	------	---	-------------	----------	-------	---	-----	---

精神病康復者運動攀登同樂日


40638944	1/9	四	15:00-18:00	屯門康樂體育中心	15-65	2	11/8	 
----------	-----	---	-------------	----------	-------	---	------	---

長者活動編號(班號) <small>(供60歲或以上人士參加,費用全免)</small>	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投表日期 <small>(抽籤日期) {公開候補日期}</small>	報名 方式
---	----	----	----	----	----	---	----------



長者游泳訓練班(第一階段)

40627470	3/9-24/9	二,四,六	8:00-9:00	荃景圍胡忠游泳池	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
40631299	2/9-26/9 (12/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	城門谷游泳池	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
40631301	2/9-26/9 (12/9)除外	一,三,五	19:30-20:30	城門谷游泳池	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	


長者社交舞同樂日

40637339	26/9	一	15:00-18:00	荃景圍體育館	30	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
----------	------	---	-------------	--------	----	-----------------------	---


長者水中健體訓練班

40638025	2/9-5/10 (12/9)除外	一,三,五	8:00-9:00	城門谷游泳池	19	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
40638026	2/9-5/10 (12/9)除外	一,三,五	9:00-10:00	城門谷游泳池	19	20/7-26/7 (4/8){23/8}	

活力長者計劃-乒乓球同樂

40637338	2/9-30/9	三,五	9:00-10:45	楊屋道體育館	48	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
----------	----------	-----	------------	--------	----	-----------------------	---

活力長者計劃-羽毛球同樂

40637332	2/9-30/9	三,五	10:00-10:55	荃景圍體育館	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	
40637333	2/9-30/9	三,五	10:55-11:50	荃景圍體育館	16	20/7-26/7 (4/8){23/8}	