

















































康樂及文化事務署  
社區康樂活動  
2022年10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
<b>長跑訓練班</b>									
40641749	3/10-5/12	一	18:00-20:00	城門谷運動場	16+	130	40	8/9	 
<b>成人胸泳訓練班(第一階段)</b>									
40631305	6/10-1/11 (22/10,29/10)除外	二,四,六	19:30-20:30	城門谷游泳池	18+	100	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>健體舞訓練班</b>									
40641504	18/10-24/11	二,四	10:00-11:00	荃景圍體育館	14+	65	20	7/9	 
40641505	18/10-24/11	二,四	11:00-12:00	荃景圍體育館	14+	65	20	7/9	 
40641507	11/10-17/11	二,四	19:00-20:00	荃灣西約體育館	14+	65	10	7/9	 
40641510	11/10-17/11	二,四	20:00-21:00	荃灣西約體育館	14+	65	10	7/9	 
40641525	6/10-15/11	二,四	9:00-10:00	楊屋道體育館	14+	65	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641542	6/10-15/11	二,四	10:00-11:00	楊屋道體育館	14+	65	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>水中健體訓練班</b>									
40641590	3/10-2/11	一,三,五	19:30-20:30	城門谷游泳池	14+	80	19	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641591	3/10-2/11	一,三,五	20:30-21:30	城門谷游泳池	14+	80	19	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>午間舞絃-社交舞同樂</b>									
40641584	26/10	三	14:00-17:00	荃灣西約體育館	14+	20	14	8/9	 
<b>社交舞訓練班</b>									
40641755	5/10-4/11	三,五	14:00-16:00	荃景圍體育館	14+	86	30	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641757	6/10-8/12	四	20:00-22:00	楊屋道體育館	14+	86	30	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>簡易太極班</b>									
40641769	12/10-19/11	三,六	9:00-10:00	荃灣西約體育館	6+	54	30	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>正確使用健身室設施簡介會</b>									
40641570	8/10	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641571	16/10	日	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641572	9/10	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641573	23/10	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>身心伸展訓練班</b>									
40641568	10/10-11/11	一,五	18:00-19:00	荃景圍體育館	15+	85	24	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641569	10/10-11/11	一,五	19:00-20:00	荃景圍體育館	15+	85	24	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>荃灣區射箭比賽2022/23 (中級組)</b>									
40642424 (QTW743)	16/10	日	9:00-16:00	城門谷運動場	6+	20	42	7/9	
<b>荃灣區射箭比賽2022/23 (初級組)</b>									
40642423 (QTW742)	16/10	日	9:00-16:00	城門谷運動場	6+	20	42	7/9	
<b>荃灣區射箭比賽2022/23 (新秀組)</b>									
40639346 (QTW649)	16/10	日	9:00-16:00	城門谷運動場	6+	20	84	7/9	
<b>箭藝同樂日</b>									
40641553	8/10	六	14:00-16:00	城門谷公園	12+	免費	12	1/9	 
<b>羽毛球訓練班</b>									
40641564	5/10-4/11	三,五	10:00-12:00	荃景圍體育館	7+	118	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641565	3/10-3/11	一,四	19:00-21:00	荃灣體育館	7+	118	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641567	19/10-21/12	三	18:00-20:00	楊屋道體育館	7+	118	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>乒乓球訓練班</b>									
40641779	6/10-8/11	二,四	18:00-20:00	荃景圍體育館	6+	86	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641784	8/10-10/12	六	14:00-16:00	楊屋道體育館	6+	86	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>網球訓練班</b>									
40641771	5/10-4/11	三,五	19:00-21:00	城門谷公園	8+	170	8	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641773	11/10-10/11	二,四	8:00-10:00	城門谷公園	8+	170	8	21/9	 
40641774	6/10-8/11	二,四	19:00-21:00	荃景圍體育館	8+	170	8	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
40641778	3/10-3/11	一,四	17:00-19:00	荃灣海濱公園	8+	170	8	23/8-29/8 (8/9){27/9}	
<b>板球同樂日</b>									
40641582	9/10	日	10:30-12:30	醉酒灣臨時板球場	6+	免費	30	1/9	 
<b>運動攀登同樂日</b>									
40641761	16/10	日	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	6/9	 
40641762	16/10	日	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	6/9	 
<b>運動攀登訓練班</b>									
40641766	15/10-22/10	六	12:00-18:00	荃灣體育館	12+	40	15	23/8-29/8 (8/9){27/9}	

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。

**精神病康復者繩網同樂日**

40641790	22/10	六	14:00-16:00	屯門康樂體育中心	15-65 2	21/9	☒ i
----------	-------	---	-------------	----------	---------	------	-----

**精神病康復者親子繩網同樂日**

40641791	8/10	六	9:30-12:30	屯門康樂體育中心	6-65 4	16/9	☒ i
----------	------	---	------------	----------	--------	------	-----

**殘疾人士草地滾球同樂日**

40641789	13/10	四	14:00-16:00	湖山草地滾球場	40+ 4	21/9	☒ i
----------	-------	---	-------------	---------	-------	------	-----

**智障人士乒乓球訓練班**

40629066	2/10-30/10	日	10:00-12:00	荃灣體育館	8+ 16	23/8	☒ 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(第一階段)**

40631306	6/10-1/11 (22/10,29/10)除外	二,四,六	20:30-21:30	城門谷游泳池	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------------------------	-------	-------------	--------	----	-----------------------	---

**長者社交舞同樂日**

40641448	14/10	五	8:00-11:00	荃灣體育館	30	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	-------	---	------------	-------	----	-----------------------	---

**長者健體訓練班**

40641286	5/10-18/11	三,五	11:00-12:00	楊屋道體育館	25	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------	-----	-------------	--------	----	-----------------------	---

**活力長者計劃-乒乓球同樂**

40641281	5/10-28/10	三,五	10:00-11:45	荃灣西約體育館	48	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------	-----	-------------	---------	----	-----------------------	---

**活力長者計劃-羽毛球同樂**

40641276	6/10-27/10	二,四	8:00-8:55	荃景圍體育館	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------	---

40641277	6/10-27/10	二,四	8:55-9:50	荃景圍體育館	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------	-----	-----------	--------	----	-----------------------	---

40641280	6/10-27/10	二,四	9:55-10:50	楊屋道體育館	16	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	------------	-----	------------	--------	----	-----------------------	---

**長者門球同樂日**

40641433	21/10	五	9:00-11:00	荃灣公園	15	23/8-29/8 (8/9){27/9}	☒
----------	-------	---	------------	------	----	-----------------------	---