康樂及文化事務署
社區康樂活動
2023年5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
健體舞訓練班									
40658157	8/5-14/6	一,三	10:00-11:00	荃灣體育館	14+	65	20	14/4	網 i
40658159	8/5-14/6	一,三	11:00-12:00	荃灣體育館	14+	65	20	14/4	網 i
40658160	2/5-8/6	二,四	15:00-16:00	荃景圍體育館	14+	65	20	14/4	網 i
40658161	2/5-8/6	二,四	16:00-17:00	荃景圍體育館	14+	65	20	14/4	網 i
兒童舞訓練班									
40658178	7/5-9/7	日	10:00-12:00	蕙荃體育館	4-11	60	20	6/4	網 i
午間舞敍-中國舞同樂									
40658182	6/5	六	14:00-17:00	楊屋道體育館	14+	20	25	6/4	網 i
中國舞訓練班									
40658179	15/5-17/7	一	18:00-20:00	荃景圍體育館	12+	45	20	14/4	網 i
器械健體訓練班 @ 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：報名首天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。									
40658186	3/5-14/6 (26/5)除外	三,五	15:00-16:00	荃灣西約體育館	15+	75	10	@17/4	網 i
40658187	3/5-14/6 (26/5)除外	三,五	16:00-17:00	荃灣西約體育館	15+	75	10	@17/4	網 i
40658189	23/5-4/7 (22/6)除外	二,四	14:00-15:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@17/4	網 i
40658190	23/5-4/7 (22/6)除外	二,四	15:00-16:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@17/4	網 i
40658191	23/5-4/7 (22/6)除外	二,四	19:00-20:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@17/4	網 i
40658192	23/5-4/7 (22/6)除外	二,四	20:00-21:00	楊屋道體育館	15+	75	20	@17/4	網 i
爵士舞訓練班									
40658206	3/5-5/7	三	9:00-11:00	蕙荃體育館	12+	70	20	3/4	網 i
午間舞敍-社交舞同樂									
40658181	17/5	三	14:00-17:00	荃灣西約體育館	14+	20	14	13/4	網 i
社交舞訓練班									
40658217	2/5-1/6	二,四	15:00-17:00	荃灣西約體育館	14+	86	14	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658218	2/5-1/6	二,四	19:00-21:00	蕙荃體育館	14+	86	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
太極訓練班									
40658229	3/5-23/8 (26/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	沙咀道遊樂場	6+	60	40	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658230 (TW191)	15/5-4/9 (26/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	城門谷公園網球場	6+	60	70	11/4	網 i
40658246	22/5-11/9 (26/5)除外	一,三,五	7:00-8:00	豪景花園平台	6+	60	40	11/4	網 i
簡易太極班									
40658231	6/5-29/7 (1/7)除外	六	8:00-9:00	蕙荃體育館	6+	54	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658232	7/5-23/7	日	8:00-9:00	蕙荃體育館	6+	54	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658233	6/5-29/7 (1/7)除外	六	9:00-10:00	楊屋道體育館	6+	54	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
午間舞敍-西方土風舞同樂									
40658183	21/5	日	10:00-13:00	荃景圍體育館	14+	20	30	20/4	網 i
西方土風舞訓練班									
40658241	8/5-8/6	一,四	15:00-17:00	荃灣體育館	8+	45	20	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658242	2/5-6/6 (26/5)除外	二,五	19:00-21:00	楊屋道體育館	8+	45	25	3/4	網 i
瑜伽訓練班									
40658243	5/5-9/6 (26/5)除外	三,五	13:00-15:00	蕙荃體育館	15+	85	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658244	6/5-15/7 (1/7)除外	六	9:00-11:00	蕙荃體育館	15+	85	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658245	9/5-11/7	二	12:00-14:00	楊屋道體育館	15+	85	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
正確使用健身室設施簡介會									
40658171	13/5	六	10:00-13:00	荃灣西約體育館	15+	免費	10	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658172	27/5	六	10:00-13:00	荃灣西約體育館	15+	免費	10	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658173	6/5	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658174	14/5	日	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658175	20/5	六	10:00-13:00	荃灣體育館	15+	免費	25	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658176	7/5	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
40658177	21/5	日	9:30-12:30	楊屋道體育館	15+	免費	25	20/3-24/3 (4/4){25/4}	信
身心伸展訓練班									
40658169	8/5-14/6	一,三	19:00-20:00	荃灣體育館	15+	85	20	11/4	網 i
40658170	8/5-14/6	一,三	20:00-21:00	荃灣體育館	15+	85	20	11/4	網 i
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									

40658162	14/5	日	10:00-11:00	荃灣西約體育館	7+	免費	24	13/4	
40658163	14/5	日	11:00-12:00	荃灣西約體育館	7+	免費	24	13/4	
40658164	14/5	日	12:00-13:00	荃灣西約體育館	7+	免費	24	13/4	
羽毛球訓練班									
40658165	16/5-18/7	二	16:00-18:00	楊屋道體育館	7+	118	24	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
親子(7-17歲)羽毛球訓練班									
40658166	6/5-10/6	六	14:00-16:00	荃灣西約體育館	7+	73	24	4/4	
壁球訓練班									
40658223	3/5-29/5	一,三	19:00-21:00	荃灣西約體育館	7+	160	8	4/4	
40658224	8/5-26/6	一	19:00-21:00	荃景圍體育館	7+	160	8	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
乒乓球訓練班									
40658240	3/5-7/6 (26/5)除外	三,五	10:00-12:00	荃景圍體育館	6+	86	24	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
兒童低檯乒乓球訓練班									
40658239	17/5-19/6	一,三	16:00-18:00	荃灣體育館	6-9	86	18	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
網球訓練班									
40658234	3/5-7/6 (26/5)除外	三,五	9:00-11:00	荃景圍遊樂場	8+	170	12	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658235	2/5-6/6 (26/5)除外	二,五	20:00-22:00	荃灣海濱公園	8+	170	12	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658236	23/5-27/6 (22/6)除外	二,四	19:00-21:00	沙咀道遊樂場	8+	170	12	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658237 (TW0198)	3/5-7/6 (26/5)除外	三,五	19:00-21:00	城門谷公園網球場	8+	170	12	3/4	
40658238 (TW0199)	3/5-7/6 (26/5)除外	三,五	16:00-18:00	城門谷公園網球場	8+	170	12	3/4	
跳繩同樂日									
40658215	13/5	六	14:00-17:00	蕙荃體育館	不限	免費	100	12/4	
板球同樂日									
40658180 (TW0141)	14/5	日	10:30-12:30	石壁遷置村遊樂場	6+	免費	20	13/4	
門球訓練班									
40658193	16/5-8/6	二,四	16:00-18:00	荃灣公園	8+	54	15	14/4	
運動攀登同樂日									
40658219	13/5	六	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	18/4	
40658220	13/5	六	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	18/4	
40658221	21/5	日	13:00-15:00	荃灣體育館	12+	免費	24	18/4	
40658222	21/5	日	15:00-17:00	荃灣體育館	12+	免費	24	18/4	
荃灣公園綠化講座									
40658194	28/5	日	15:00-17:00	荃灣體育館3樓會議室	不限	免費	40	28/5	即場報名

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

專為殘疾人士舉辦的活動的報名方法

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：

(1) 訓練計劃：同行照料者可於訓練當日陪同已報名的殘疾人士出席。教練會於每次課堂前派發「同行照料者證」，以資識別。

(2) 其他活動：同行照料者須與殘疾人士一同報名參加同樂活動，以便安排旅遊車及營舍名額；報名後獲發「活動參加證」，並須於出席活動時出示該證。

精神病康復者射箭訓練計劃								
40658255	10/5-17/5	三	10:00-12:00	城門谷公園	15-65	3	11/4	

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
長者八段錦訓練班							
40658167	24/5-5/7 (26/5)除外	三,五	17:00-18:00	荃灣西約體育館	15	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658168	3/5-14/6 (26/5)除外	三,五	8:00-9:00	荃景圍體育館	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
長者社交舞同樂日							
40658216	15/5	一	9:00-12:00	蕙荃體育館	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
長者器械健體訓練班							

@ 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：報名首天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。

40658188	8/5-24/7	一	11:00-12:00	荃灣體育館	30	@20/3-24/3 (4/4) {25/4}	
活力長者計劃-乒乓球同樂							
40658199	2/5-30/5 (26/5)除外	二,五	8:00-8:55	荃灣體育館	12	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658200	2/5-30/5 (26/5)除外	二,五	8:55-9:50	荃灣體育館	12	20/3-24/3 (4/4){25/4}	
40658201	3/5-31/5 (26/5)除外	三,五	9:00-9:55	楊屋道體育館	48	20/3-24/3 (4/4){25/4}	

40658202	3/5-31/5 (26/5)除外	三,五	9:55-10:50	楊屋道體育館	48	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
40658204	4/5-30/5 (23/5,25/5)除外	二,四	8:00-8:55	荃景圍體育館	48	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
40658205	4/5-30/5 (23/5,25/5)除外	二,四	8:55-9:50	荃景圍體育館	48	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
活力長者計劃-羽毛球同樂							
40658195	3/5-31/5 (26/5)除外	三,五	8:00-8:55	荃灣西約體育館	16	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
40658196	3/5-31/5 (26/5)除外	三,五	8:55-9:50	荃灣西約體育館	16	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
40658197	2/5-30/5	二,四	8:00-8:55	蕙荃體育館	16	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
40658198	2/5-30/5	二,四	8:55-9:50	蕙荃體育館	16	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉
長者康體匯敍-社交舞同樂							
40658203	3/5-31/5 (26/5)除外	三,五	14:00-16:00	荃景圍體育館	30	20/3-24/3 (4/4){25/4}	✉