

**康乐及文化事务署**  
**社区康乐活动**  
**2022年11月份康乐体育活动一览表**

**葵青区**

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 (抽查日期) (公开候补日期)	报名方式
<b>健美舞训练班</b>									
40645070 (KWT1211)	4/11-20/1	五	13:00-14:00	大窝口体育馆	14+	65	25	3/10	
40645071 (KWT1212)	4/11-20/1	五	14:00-15:00	大窝口体育馆	14+	65	25	3/10	
40645081 (KWT1156)	1/11-8/12	二,四	9:00-10:00	长发体育馆	14+	65	20	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645082 (KWT1157)	1/11-8/12	二,四	10:00-11:00	长发体育馆	14+	65	20	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>中国舞训练班</b>									
40645069 (KWT1199)	3/11-5/1	四	12:00-14:00	大窝口体育馆	14+	45	20	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>器械健身训练班</b>									
<p>@ 从未参加过器械健身训练班或已届满不合格期的申请者, 均视作「新申请者」, 可享受先报名权。                      不合格期指由上次获取录参加的器械健身训练班完成月份起计, 直至下年同一月份的最后一天。例如:如申请者最后参加器械健身训练班的完班月份为2016年3月, 其不合格期将由2016年3月开始至2017年3月31日为止。                      以先到先得方式报名的训练班: 报名首日只接受新申请者报名, 余额于翌日上午8时30分开始公开接受报名                      以抽籤方式报名的训练班: 新申请者将获优先录取, 余额则按抽籤结果由其他申请人填补。</p>									
40645083 (KWT1158)	1/11-8/12	二,四	19:00-20:00	长发体育馆	15+	75	20	@10/10	
40645084 (KWT1159)	1/11-8/12	二,四	20:00-21:00	长发体育馆	15+	75	20	@10/10	
40645085 (KWT1180)	2/11-9/12	三,五	8:00-9:00	长发体育馆	15+	75	20	@10/10	
40645086 (KWT1181)	2/11-9/12	三,五	9:00-10:00	长发体育馆	15+	75	20	@10/10	
<b>爵士舞训练班</b>									
40626569 (KWT1225)	6/11-5/2 (25/12,1/1,22/1,29/1)除外	日	13:00-15:00	青衣西南体育馆	14+	70	30	17/10	
<b>正确使用健身室设施简介</b>									
40623973 (KWT1239)	7/11 (28/11指导课)	一	19:00-22:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	免费	25	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
40623974 (KWT1272)	21/11 (28/11指导课)	一	19:00-22:00	北葵涌邓肇坚体育馆	15+	免费	25	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
40645144 (KWT1264)	15/11	二	18:00-21:00	枫树窝体育馆	15+	免费	23	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
40645148 (KWT1265)	15/11	二	19:00-22:00	枫树窝体育馆	15+	免费	23	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
<b>身心伸展训练班</b>									
40645067 (KWT1160)	1/11-31/1 (27/12,24/1)除外	二	19:00-20:00	大窝口体育馆	15+	85	24	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645068 (KWT1161)	1/11-31/1 (27/12,24/1)除外	二	20:00-21:00	大窝口体育馆	15+	85	24	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645152 (KWT1270)	21/11-27/2 (26/12,2/1,23/1)除外	一	14:00-15:00	枫树窝体育馆	15+	85	20	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645153 (KWT1271)	21/11-27/2 (26/12,2/1,23/1)除外	一	15:00-16:00	枫树窝体育馆	15+	85	20	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>羽毛球训练班</b>									
40643275 (KWT1185)	2/11-2/12	三,五	9:00-11:00	荔景体育馆	7+	118	16	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645040 (KWT1251)	9/11-9/12	三、五	9:00-11:00	青衣体育馆	7+	118	16	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645151 (KWT1198)	3/11-5/12	一,四	19:00-21:00	枫树窝体育馆	7+	118	12	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>剑击训练班(第二阶段)</b>									
40645041 (KWT1223)	6/11-8/1 (25/12,1/1)除外	日	9:00-11:00	青衣体育馆	9+	100	20	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
<b>室内气手枪射击同乐日</b>									
40627092 (KWT-1268)	20/11	日	15:00-16:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	25	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
40627093 (KWT-1269)	20/11	日	16:00-17:00	香港ISSF气枪射击中心	10+	免费	25	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	
<b>壁球训练班</b>									
40643276 (KWT1238)	7/11-30/11	一,三	19:00-21:00	荔景体育馆	7+	160	8	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645066 (KWT1221)	6/11-8/1 (25/12,1/1)除外	日	10:00-12:00	大窝口体育馆	7+	160	8	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>网球训练班</b>									
40626531 (KWT1190)	2/11-5/12	一,三	19:00-21:00	石梨街网球场	8+	170	8	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40626532 (KWT1209)	3/11-6/12	二,四	19:00-21:00	石梨街网球场	8+	170	8	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40645018 (1263)	16/11-16/12	一, 星期三	9:00-11:00	青衣公园	8+	170	12	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>高尔夫球同乐日</b>									
40637346 (KWT1227)	6/11	日	15:30-17:30	和宜合道高尔夫球练习场	8+	免费	12	14/10	
<b>高尔夫球短距离球训练班</b>									
40640167 (KWT1178)	1/11-15/11	二	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
40640169 (KWT1229)	6/11-20/11	日	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>高尔夫球训练班(第一阶段)</b>									
40640168 (KWT1228)	6/11-20/11	日	20:00-22:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	
<b>高尔夫球训练班(第二阶段)</b>									

40640166 (KWT1177)	1/11-15/11	二	18:00-20:00	和宜合道高尔夫球练习场	8+	160	6	21/9-25/9 (6/10) {24/10}	☒
<b>板球同乐日</b>									
40627110 (KWT-1256)	13/11	日	15:00-17:00	醉酒湾临时板球场	6+	免费	24	17/10	☒ i
<b>葵青区排球比赛2022(女子组)</b>									
40644732 (QKWT-1864)	6/11-13/11	日	9:00-20:00	青衣西南体育馆	12+	60	16	16/9-23/9 (29/9) {21/10}	☒
<b>葵青区排球比赛2022(男子组)</b>									
40644733 (QKWT-1865)	6/11-13/11	日	9:00-20:00	青衣西南体育馆	12+	60	16	16/9-23/9 (29/9) {21/10}	☒
<b>沙滩排球同乐日</b>									
40644821 (KWT1260)	13/11	日	14:00-16:00	葵涌运动场	10+	免费	20	14/10	☒ i
40644822 (KWT1278)	13/11	日	16:00-18:00	葵涌运动场	10+	免费	20	14/10	☒ i
<b>运动攀登同乐日</b>									
40626589 (KWT1218)	5/11	六	13:00-14:30	青衣西南体育馆	12+	免费	24	13/10	☒ i
40626590 (KWT1219)	5/11	六	14:30-16:00	青衣西南体育馆	12+	免费	24	13/10	☒ i
40626591 (KWT1220)	5/11	六	16:00-17:30	青衣西南体育馆	12+	免费	24	13/10	☒ i
<b>园艺活动 - 日式花艺工作坊</b>									
40626542 (KWT1277)	26/11	六	9:30-11:30	青衣体育馆	6+	30	24	18/10	☒ i
<b>滑板同乐日</b>									
40627132 (KWT-1252)	12/11	六	14:30-16:00	青衣东北公园-滑板场	8+	免费	20	18/10	☒ i
40627133 (KWT-1253)	12/11	六	16:00-17:30	青衣东北公园-滑板场	8+	免费	20	18/10	☒ i
<b>社区园圃计划</b>									
40626508 (KWT1095)	26/11-31/3	一,二,三,四,五,六,日	9:00-12:00	葵福路社区园圃	12+	400	13	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	☒
40645056 (KWT1866)	26/11-31/3	一,二,三,四,五,六,日	13:00-16:00	葵福路社区园圃	12+	400	13	22/9-26/9 (10/10) {25/10}	☒

残疾人士活动编号 (班号) (费用全免)	日期	星期	时间	地点	年龄	名额	报名/投表日期 (抽签日期) (公开候补日期)	报名方式
----------------------------	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

**专为残疾人士而设的康体活动的报名方式(详情请参阅报名须知内的报名方式)**

每名参加者可带同一名同行照料者出席, 报名费用全免。有关同行照料者的安排如下:

因应2019冠状病毒病的最新情况, 为方便控制参加人数, 同行照料者如欲陪同残疾人士参加任何专为残疾人士而设的康体活动, 均须报名, 直至另行通知。

**精神病康復者瑜伽训练计划**

40645016	4/11-25/11	五	15:00-17:00	大窝口体育馆	15+	2	12/10	☒ i
----------	------------	---	-------------	--------	-----	---	-------	-----

**精神病康復者高尔夫球同乐日**

40645017	27/11	日	18:00-20:00	和宜合道运动场	8+	2	10/10	☒ i
----------	-------	---	-------------	---------	----	---	-------	-----

**肢体伤残人士坐式团体有氧运动训练班**

40628973	3/11-21/11	一, 四	15:00-17:00	青衣体育馆	14+	15	21/9	☒ i
----------	------------	------	-------------	-------	-----	----	------	-----

**自闭症人士现代舞训练班**

40629345	3/11-5/12	一, 四	16:00-18:00	大窝口体育馆	7+	12	21/9	☒ i
----------	-----------	------	-------------	--------	----	----	------	-----

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
-----------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------

**活力长者计划-乒乓球自习**

40624045 (KWT1203)	3/11-24/11	四	13:30-14:30	北葵涌邓肇坚体育馆	16	6/10	☒ i
40624046 (KWT1204)	3/11-24/11	四	14:30-15:30	北葵涌邓肇坚体育馆	16	6/10	☒ i
40643269 (KWT1232)	7/11-28/11	一	7:00-8:00	荔景体育馆	16	6/10	☒ i
40643270 (KWT1233)	7/11-28/11	一	8:00-9:00	荔景体育馆	16	6/10	☒ i
40645089 (KWT1230)	7/11-28/11	一	13:00-14:00	长发体育馆	16	6/10	☒ i
40645090 (KWT1231)	7/11-28/11	一	14:00-15:00	长发体育馆	16	6/10	☒ i
40645154 (KWT1183)	2/11-30/11	三	9:00-10:00	枫树窝体育馆	16	6/10	☒ i
40645155 (KWT1184)	2/11-30/11	三	10:00-11:00	枫树窝体育馆	16	6/10	☒ i
40645047 (KWT1245)	7/11-28/11	一	7:00-8:00	青衣体育馆	16	6/10	☒ i
40645048 (KWT1246)	7/11-28/11	一	8:00-9:00	青衣体育馆	16	6/10	☒ i

**活力长者计划-健体同乐**

40643273 (KWT1236)	7/11-28/11	一	7:00-8:00	荔景体育馆	25	11/10	☒ i
40624078 (KWT1186)	2/11-30/11	三	9:00-10:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	11/10	☒ i
40624079 (KWT1187)	2/11-30/11	三	10:00-11:00	北葵涌邓肇坚体育馆	18	11/10	☒ i
40645045 (KWT1247)	7/11-28/11	一	8:00-9:00	青衣体育馆	20	11/10	☒ i
40645046 (KWT1248)	7/11-28/11	一	9:00-10:00	青衣体育馆	20	11/10	☒ i

**活力长者计划-器械健体同乐**

40643271 (KWT1237)	7/11-28/11	一	8:00-9:00	荔景体育馆	20	5/10	☒ i
--------------------	------------	---	-----------	-------	----	------	-----

**活力长者计划-羽毛球自习**

40645087 (KWT1196)	3/11-24/11	四	13:00-14:00	长发体育馆	16	7/10	☒ i
40645088 (KWT1197)	3/11-24/11	四	14:00-15:00	长发体育馆	16	7/10	☒ i

40645043 (KWT1191)	2/11-30/11	三	7:00-8:00	青衣体育馆	16	7/10	📄 i
40645044 (KWT1192)	2/11-30/11	三	8:00-9:00	青衣体育馆	16	7/10	📄 i