






















































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

北区

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 (抽签日期) (公开候补日期)	报名方式
长跑训练班									
40640096 (NG1014)	5/11-28/1 (24/12,31/12,21/1)除外	六	16:00-18:00	北区运动场	16+	130	40	11/10	 
器械健身训练班									
@ 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」, 可享优先报名权。 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 以抽签方式报名的训练班: 新申请者将获优先录取, 余额则按抽签结果由其他申请人填补。									
40642750 (NH1130)	8/11-15/12	二,四	9:00-10:00	联和墟体育馆	15+	75	20	@10/10	 
40642751 (NH1131)	8/11-15/12	二,四	10:00-11:00	联和墟体育馆	15+	75	20	@10/10	 
40642754 (NW1134)	14/11-9/12	一,三,五	14:00-15:00	和兴体育馆	15+	75	20	@10/10	 
40642755 (NW1135)	14/11-9/12	一,三,五	15:00-16:00	和兴体育馆	15+	75	20	@10/10	 
简易太极拳									
40644698 (NX1167)	2/11-28/11	一,三,五	8:00-9:00	粉岭游乐场(滚轴溜冰场)	8+	54	30	6/10	 
40644699 (NX1168)	3/11-29/11	二,四,六	8:00-9:00	粉岭游乐场(滚轴溜冰场)	8+	54	30	5/10	 
40644700 (NX1169)	2/11-28/11	一,三,五	7:00-8:00	保荣路游乐场	8+	54	30	6/10	 
40644701 (NX1170)	2/11-28/11	一,三,五	8:00-9:00	保荣路游乐场	8+	54	30	6/10	 
40644702 (NX1171)	2/11-28/11	一,三,五	7:00-8:00	安乐村游乐场(篮球场)	8+	54	30	6/10	 
40644703 (NX1172)	2/11-28/11	一,三,五	8:00-9:00	安乐村游乐场(篮球场)	8+	54	30	6/10	 
40644704 (NX1173)	2/11-28/11	一,三,五	19:00-20:00	沙头角游乐场(禁区)	8+	54	30	6/10	 
40644705 (NX1174)	2/11-28/11	一,三,五	20:00-21:00	沙头角游乐场(禁区)	8+	54	30	6/10	 
正确使用健身室设施简介									
40642683 (NH1109)	13/11	日	15:00-18:00	联和墟体育馆	15+	免费	25	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642684 (NH1110)	5/11	六	14:00-17:00	保荣路体育馆	15+	免费	25	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642687 (NT1113)	20/11	日	10:00-13:00	天平体育馆	15+	免费	15	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642688 (NW1114)	12/11	六	14:00-17:00	和兴体育馆	15+	免费	20	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
身心伸展训练班									
40642680 (NL1067)	7/11-13/2 (26/12,2/1,23/1)除外	一	19:00-20:00	龙琛路体育馆	15+	85	24	6/10	 
40642681 (NL1068)	7/11-13/2 (26/12,2/1,23/1)除外	一	20:00-21:00	龙琛路体育馆	15+	85	24	6/10	 
乒乓球训练班									
40642774 (NH1154)	1/11-1/12	二,四	10:00-12:00	联和墟体育馆	14+	86	16	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642777 (NH1157)	9/11-9/12	三,五	9:00-11:00	联和墟体育馆	14+	86	16	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
网球训练班									
40642778 (NG1158)	1/11-10/1 (27/12)除外	二	20:00-22:00	北区运动场	14+	170	12	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642780 (NG1160)	3/11-5/1	四	9:00-11:00	北区运动场	14+	170	12	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642782 (NG1162)	25/11-3/2 (27/1)除外	五	9:00-11:00	北区运动场	14+	170	12	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
40642783 (NG1163)	25/11-3/2 (27/1)除外	五	20:00-22:00	北区运动场	14+	170	12	23/9-29/9 (6/10) {26/10}	
门球训练班									
40642759 (NX1139)	19/11-7/1	六	9:00-11:00	百福田心游乐场	8+	54	15	12/10	 
手球同乐日									
40642764 (NP1144)	26/11	六	14:00-17:00	北区公园	11+	免费	60	26/11	即场报名
骑术暨箭艺同乐日									
40642766 (NX1146)	6/11	日	15:00-17:00	屯门公众骑术学校	6+	75	32	5/10	 
运动攀登同乐日									
40642771 (NR1151)	5/11	六	13:00-15:00	保荣路体育馆	12+	免费	15	7/10	 
40642772 (NR1152)	5/11	六	15:00-17:00	保荣路体育馆	12+	免费	15	7/10	 
儿童同乐日									
40642758	20/11	日	10:00-13:00	北区运动场(排球场)	不限	免费	100	20/11	
残疾人士活动编号									
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。									
身心伸展训练计划(长期病患者)									
40634119 (NX726)	1/11-20/12	二	10:00-11:00	保荣路体育馆	18+	3	3/10	 	
精神病康复者身心伸展训练计划									
40629064 (NR173)	13/11-18/12	日	16:00-18:00	保荣路体育馆	18+	4	3/9	 	

精神病康復者籃球訓練計劃									
40633981 (NX647)	3/11	四	10:00-12:00	和興體育館	20-50	6	3/10		
精神病康復者外展活動									
40634055 (NX680)	1/11	二	15:00-17:00	龍琛路體育館	18-65	6	3/10		
40634056 (NX681)	8/11	二	15:00-17:00	龍琛路體育館	18-65	6	3/10		
40634057 (NX682)	15/11	二	15:00-17:00	龍琛路體育館	18-65	6	3/10		
40634058 (NX683)	22/11	二	15:00-17:00	龍琛路體育館	18-65	6	3/10		
40634059 (NX684)	29/11	二	15:00-17:00	龍琛路體育館	18-65	6	3/10		
自閉症人士訓練計劃									
40634110 (NX720)	5/11	六	8:00-9:00	龍琛路體育館	6-25	4	3/10		
40634111 (NX721)	12/11	六	8:00-9:00	龍琛路體育館	6-25	4	3/10		
40634112 (NX722)	19/11	六	8:00-9:00	龍琛路體育館	6-25	4	3/10		
40634113 (NX723)	26/11	六	8:00-9:00	龍琛路體育館	6-25	4	3/10		
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		
長者徒手健體訓練班									
40642694 (NH1120)	9/11-23/12	三,五	8:00-9:00	聯和墟體育館	30	23/9-29/9 (6/10) {26/10}			
40642695 (NH1121)	9/11-23/12	三,五	9:00-10:00	聯和墟體育館	30	23/9-29/9 (6/10) {26/10}			
社交舞技術改良班									
40642769 (NL1149)	2/11-4/1	三	16:00-18:00	龍琛路體育館	30	23/9-29/9 (6/10) {26/10}			
活力長者計劃-乒乓球同樂									
40642747 (NH1127)	1/11-29/11	二,四	8:00-10:00	聯和墟體育館	16	1/11-29/11	即場報名		
活力長者計劃-門球自我鍛鍊同樂									
40642745 (NW1125)	1/11-29/11	二	13:00-15:00	和興體育館	15	1/11-29/11	即場報名		
40642746 (NW1126)	3/11-24/11	四	13:00-15:00	和興體育館	15	3/11-24/11	即場報名		