

報名及抽籤流程：

報名詳情 (所有康體活動* 及體育比賽統一以 電子抽籤報名)	2025年12月份舉辦 的訓練班及康樂活動	2026年1月份舉辦 的體育比賽
遞交電子申請	11月1日至7日	11月8至14日
抽籤及公布	11月16至18日	11月26至28日
繳費／確認	11月19至23日 (智能自助服務站：每天截至晚上11時； 電子平台：截至11月23日晚上11時59分)	11月29日至12月3日 (智能自助服務站：每天截至晚上11時； 電子平台：截至12月3日晚上11時59分)
公布餘額	11月24日(一) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#除外)	12月4日(四)
	11月25日(二) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#公布餘額)	
公開報名	11月25日(二)(上午8時30分起) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#除外)	12月5日(五) (上午8時30分起)
	11月26日(三)(上午8時30分起) (健體舞、器械健體、正確使用健身室設施簡介會 及「游泳進階計劃」#公開報名)	

備註：

- * 不包括即場報名的康體活動（例如長者康體匯敘、活力長者計劃、全民運動日及大型嘉年華等）及以「先到先得」報名的專為殘疾人士舉辦的活動
- # 「游泳進階計劃」活動包括幼兒水上安全班、捷泳班、胸泳班、長者游泳訓練班、背泳班及蝶泳班