

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

葵青區

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									
40623614 (KWT1059)	6/10-15/11	二,四	9:00-10:00	青衣西南體育館	14+	65	25	5/9	 
40623615 (KWT1060)	6/10-15/11	二,四	10:00-11:00	青衣西南體育館	14+	65	25	5/9	 
40642851 (KWT1012)	5/10-11/11	三,五	19:00-20:00	大窩口體育館	14+	65	25	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40642853 (KWT1013)	5/10-11/11	三,五	20:00-21:00	大窩口體育館	14+	65	25	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40642854 (KWT1106)	10/10-16/11	一,三	9:00-10:00	大窩口體育館	14+	65	25	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40642855 (KWT1107)	10/10-16/11	一,三	10:00-11:00	大窩口體育館	14+	65	25	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40642893 (KWT985)	3/10-9/11	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	14+	65	25	5/9	 
40642899 (KWT986)	3/10-9/11	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	14+	65	25	5/9	 
40643030 (KWT1056)	6/10-15/11	二,四	19:00-20:00	青衣體育館	14+	65	30	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40643031 (KWT1057)	6/10-15/11	二,四	20:00-21:00	青衣體育館	14+	65	30	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40643034 (KWT1076)	7/10-16/11	三,五	8:00-9:00	青衣體育館	14+	65	30	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40643035 (KWT1077)	7/10-16/11	三,五	9:00-10:00	青衣體育館	14+	65	30	23/8-27/8 (6/9){26/9}	
40643065 (KWT1061)	7/10-14/11	一,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	5/9	 
40643066 (KWT1062)	7/10-14/11	一,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	14+	65	20	5/9	 
爵士舞訓練班									
40624138 (KWT1101)	9/10-11/12	日	10:00-12:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14+	70	16	6/9	 
八段錦訓練班									
40623631 (KWT1126)	13/10-22/11	二,四	9:00-10:00	青衣西南體育館	8+	80	30	2/9	 
40623632 (KWT1127)	13/10-22/11	二,四	10:00-11:00	青衣西南體育館	8+	80	30	2/9	 
40623968 (KWT1018)	5/10-11/11	三,五	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	8+	80	30	2/9	 
兒童舞訓練班									
40642868 (KWT1088)	8/10-10/12	六	16:00-18:00	大窩口體育館	4-6	60	20	5/9	 
中國舞訓練班									
40643057 (KWT1154)	30/10-15/1 (25/12,1/1)除外	日	15:00-17:00	楓樹窩體育館	14+	45	20	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
器械健體訓練班									
<p>@ 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:報名首日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。</p>									
40624112 (KWT1112)	11/10-17/11	二,四	9:00-10:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@7/9	 
40624113 (KWT1113)	11/10-17/11	二,四	10:00-11:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@7/9	 
40624114 (KWT1114)	11/10-17/11	二,四	19:00-20:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@7/9	 
40624115 (KWT1115)	11/10-17/11	二,四	20:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	15+	75	14	@7/9	 
40642857 (KWT1065)	7/10-16/11	三,五	9:00-10:00	大窩口體育館	15+	75	20	@24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642858 (KWT1066)	7/10-16/11	三,五	10:00-11:00	大窩口體育館	15+	75	20	@24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642860 (KWT987)	3/10-9/11	一,三	20:00-21:00	大窩口體育館	15+	75	20	@7/9	 
40642861 (KWT988)	3/10-9/11	一,三	21:00-22:00	大窩口體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643059 (KWT1143)	20/10-29/11	二,四	10:00-11:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643060 (KWT1144)	20/10-29/11	二,四	11:00-12:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643061 (KWT1063)	7/10-16/11	三,五	19:00-20:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643062 (KWT1064)	7/10-16/11	三,五	20:00-21:00	楓樹窩體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643071 (KWT989)	3/10-10/11	一,四	9:00-10:00	荔景體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643072 (KWT990)	3/10-10/11	一,四	10:00-11:00	荔景體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643083 (KWT991)	3/10-9/11	一,三	19:00-20:00	荔景體育館	15+	75	20	@7/9	 
40643084 (KWT992)	3/10-9/11	一,三	20:00-21:00	荔景體育館	15+	75	20	@7/9	 
社交舞訓練班									
40626575 (KWT1153)	29/10-14/1 (24/12,31/12)除外	六	14:00-16:00	青衣西南體育館	14+	86	30	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642870 (KWT1135)	16/10-18/12	日	15:00-17:00	大窩口體育館	14+	86	26	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40643002 (KWT1091)	8/10-10/12	六	19:00-21:00	荔景體育館	14+	86	26	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40643033 (KWT1075)	7/10-9/12	五	14:00-16:00	青衣體育館	14+	86	30	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
簡易太極班									
40643067 (KWT1132)	16/10-15/1 (25/12,1/1)除外	日	10:00-11:00	楓樹窩體育館	6+	54	20	8/9	 
40643068 (KWT1133)	16/10-15/1 (25/12,1/1)除外	日	11:00-12:00	楓樹窩體育館	6+	54	20	8/9	 
瑜伽訓練班									
40642849 (KWT1108)	11/10-13/12	二	15:00-17:00	大窩口體育館	15+	85	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642968 (KWT1035)	6/10-8/12	四	19:00-21:00	荔景體育館	15+	85	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40643029 (KWT1025)	5/10-7/12	三	19:00-21:00	青衣體育館	15+	85	30	24/8-28/8 (8/9){27/9}	

40643036 (KWT1078)	7/10-9/12	五	10:00-12:00	青衣體育館	15+	85	30	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
優質健行訓練班									
40643136	18/10-24/11	二,星期四	7:00-8:00	葵涌運動場	6+	20	20	23/8	☒ i
正確使用健身室設施簡介會									
40623927 (KWT1121)	11/10	二	18:00-21:00	青衣西南體育館	15+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40623928 (KWT1141)	18/10	二	18:00-21:00	青衣西南體育館	15+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40642845 (KWT1089)	8/10	六	18:00-21:00	大窩口體育館	15+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40642847 (KWT1090)	8/10	六	19:00-22:00	大窩口體育館	15+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40643103 (KWT1086)	8/10	六	18:00-21:00	長發體育館	15+	免費	20	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40643104 (KWT1087)	8/10	六	19:00-22:00	長發體育館	15+	免費	20	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
壓力處理與鬆弛技巧訓練班									
40643121 (KWT1029)	6/10-12/1 (22/12)除外	四	19:00-20:00	長發體育館	14+	80	20	15/9	☒ i
40643122 (KWT1030)	6/10-12/1 (22/12)除外	四	20:00-21:00	長發體育館	14+	80	20	15/9	☒ i
親子(7-17歲)羽毛球同樂日									
40624132 (KWT1102)	9/10	日	13:00-14:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	免費	16	8/9	☒ i
40624133 (KWT1103)	9/10	日	14:00-15:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	免費	16	8/9	☒ i
40624134 (KWT1104)	9/10	日	15:00-16:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	免費	16	8/9	☒ i
親子(7-17歲)羽毛球訓練班									
40643041 (KWT1145)	20/10-24/11	四	19:00-21:00	青衣體育館	7+	73	16	1/9	☒ i
羽毛球訓練班									
40642958 (KWT1031)	6/10-8/12	四	19:00-21:00	荔景體育館	7+	118	16	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
40643038 (KWT1118)	11/10-13/12	二	19:00-21:00	青衣體育館	7+	118	16	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
室內氣手槍射擊同樂日									
40627090 (KWT-1150)	23/10	日	15:00-16:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
40627091 (KWT-1151)	23/10	日	16:00-17:00	香港ISSF氣槍射擊中心	10+	免費	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
壁球訓練班									
40624129 (KWT0994)	3/10-26/10	一,三	19:00-21:00	北葵涌鄧肇堅體育館	7+	160	8	14/9	☒ i
40643032 (KWT1058)	6/10-1/11	二,四	19:00-21:00	青衣體育館	7+	160	8	24/8-28/8 (8/9){27/9}	☒
乒乓球訓練班									
40643105 (KWT1008)	5/10-4/11	三,五	19:00-21:00	長發體育館	6+	86	16	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
網球訓練班									
40626520 (KWT0996)	3/10-3/11	一,四	9:00-11:00	葵盛遊樂場	8+	170	12	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
40626521 (KWT1128)	14/10-16/12	五	19:00-21:00	葵盛遊樂場	8+	170	8	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
40626530 (KWT1140)	18/10-18/11	二,五	9:00-11:00	石梨街網球場	8+	170	8	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
40643091 (1139)	17/10-16/11	一,星期三	19:00-21:00	青衣公園	8+	170	12	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
高爾夫球同樂日									
40637345 (KWT1105)	9/10	日	15:30-17:30	和宜合道高爾夫球練習場	8+	免費	12	13/9	☒ i
高爾夫球短距離球訓練班									
40638488 (KWT0973)	2/10-16/10	日	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
高爾夫球訓練班(第一階段)									
40638489 (KWT1122)	11/10-25/10	二	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
高爾夫球訓練班(第二階段)									
40638487 (KWT0972)	2/10-16/10	日	18:00-20:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
40638490 (KWT1123)	11/10-25/10	二	20:00-22:00	和宜合道高爾夫球練習場	8+	160	6	23/8-27/8 (6/9){26/9}	☒
板球同樂日									
40627108 (KWT-1129)	15/10	六	15:00-17:00	醉酒灣臨時板球場	6+	免費	24	1/9	☒ i
葵青區足球賽2022									
40641033	7/10-25/11	二,三及五	19:30-23:00	青衣東北公園	14+	60	16	16/8-22/8 (30/8){20/9}	☒
沙灘排球同樂日									
40643043 (KWT974)	16/10	日	14:00-16:00	葵涌運動場	10+	免費	20	14/9	☒ i
40643045 (KWT975)	16/10	日	16:00-18:00	葵涌運動場	10+	免費	20	14/9	☒ i
運動攀登同樂日									
40626586 (KWT1097)	8/10	六	13:00-14:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	14/9	☒ i
40626587 (KWT1098)	8/10	六	14:30-16:00	青衣西南體育館	12+	免費	24	14/9	☒ i
40626588 (KWT1099)	8/10	六	16:00-17:30	青衣西南體育館	12+	免費	24	14/9	☒ i
園藝活動 - 家居種植講座									
40626509 (KWT0257)	8/10	六	9:30-11:30	青衣西南體育館	6+	30	24	9/9	☒ i
園藝活動 - 鬼馬花藝工作坊									
40626511 (KWT1096)	22/10	六	9:30-11:30	青衣西南體育館	6+	30	24	9/9	☒ i
滑板同樂日									
40627130 (KWT-1084)	8/10	六	14:30-16:00	青衣東北公園-滑板場	8+	免費	20	1/9	☒ i
40627131 (KWT-1085)	8/10	六	16:00-17:30	青衣東北公園-滑板場	8+	免費	20	1/9	☒ i

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。

長期病患者器械健體訓練計劃

40643089	6/10-24/11	四	10:00-11:00	大窩口體育館	15+	2	5/9	
----------	------------	---	-------------	--------	-----	---	-----	--

精神病康復者身心伸展訓練班

40629100 (1147)	21/10-25/11	五	18:00-20:00	長發體育館	15+	15	23/8	
-----------------	-------------	---	-------------	-------	-----	----	------	--

精神病康復者羽毛球訓練計劃

40643090	3/10-24/10	一	14:00-16:00	大窩口體育館	15+	2	8/9	
----------	------------	---	-------------	--------	-----	---	-----	--

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：報名首日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。

40623998 (KWT1109)	11/10-17/11	二,四	8:00-9:00	北葵涌鄧肇堅體育館	14	@23/8-27/8 (6/9) {26/9}	
40642879 (KWT1011)	5/10-21/12	三	13:00-14:00	大窩口體育館	20	@23/8-27/8 (6/9) {26/9}	
40642880 (KWT1007)	5/10-21/12	三	14:00-15:00	大窩口體育館	20	@23/8-27/8 (6/9) {26/9}	
40643058 (KWT1142)	20/10-29/11	二,四	9:00-10:00	楓樹窩體育館	20	@23/8-27/8 (6/9) {26/9}	

活力長者計劃-乒乓球自習

40642889 (KWT979)	3/10-31/10	一	7:00-8:00	荔景體育館	16	9/9	
40642890 (KWT980)	3/10-31/10	一	8:00-9:00	荔景體育館	16	9/9	
40643063 (KWT1009)	5/10-26/10	三	9:00-10:00	楓樹窩體育館	16	9/9	
40643064 (KWT1010)	5/10-26/10	三	10:00-11:00	楓樹窩體育館	16	9/9	
40643106 (KWT1136)	3/10-31/10	一	13:00-14:00	長發體育館	16	9/9	
40643118 (KWT976)	3/10-31/10	一	14:00-15:00	長發體育館	16	9/9	
40643019 (KWT998)	3/10-31/10	一	7:00-8:00	青衣體育館	16	9/9	
40643020 (KWT999)	3/10-31/10	一	8:00-9:00	青衣體育館	16	9/9	

活力長者計劃-健體同樂

40642876 (KWT1032)	6/10-27/10	四	9:00-10:00	大窩口體育館	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642877 (KWT1033)	6/10-27/10	四	10:00-11:00	大窩口體育館	25	24/8-28/8 (8/9){27/9}	
40642891 (KWT983)	3/10-31/10	一	7:00-8:00	荔景體育館	25	6/9	
40643022 (KWT1000)	3/10-31/10	一	8:00-9:00	青衣體育館	20	6/9	
40643023 (KWT1001)	3/10-31/10	一	9:00-10:00	青衣體育館	20	6/9	

活力長者計劃-器械健體同樂

40643070 (KWT984)	3/10-31/10	一	8:00-9:00	荔景體育館	20	8/9	
-------------------	------------	---	-----------	-------	----	-----	--

活力長者計劃-羽毛球自習

40626556 (KWT1119)	11/10-25/10	二	7:00-8:00	青衣西南體育館	16	2/9	
40626557 (KWT1120)	11/10-25/10	二	8:00-9:00	青衣西南體育館	16	2/9	
40643119 (KWT1027)	6/10-27/10	四	13:00-14:00	長發體育館	16	2/9	
40643120 (KWT1028)	6/10-27/10	四	14:00-15:00	長發體育館	16	2/9	
40643039 (KWT1124)	12/10-26/10	三	7:00-8:00	青衣體育館	16	2/9	
40643040 (KWT1125)	12/10-26/10	三	8:00-9:00	青衣體育館	16	2/9	