

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

灣仔區

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
長跑訓練班									
40638231 (WC720)	8/10-10/12	六	16:00-18:00	跑馬地遊樂場	16+	130	40	7/9	 
成人胸泳訓練班(第一階段)									
40638280 (WC729)	21/10-11/11	一,三,五	7:00-8:00	摩理臣山游泳池	18+	100	16	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
成人捷泳訓練班(第三階段)									
40638219 (WC660)	6/10-17/11 (13/10,20/10,27/10)除外	二,四	8:00-9:00	維多利亞公園游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638276 (WC727)	20/10-22/11	二,四	12:00-13:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638300 (WC732)	24/10-23/11	一,三	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
成人捷泳訓練班(第二階段)									
40638283 (WC730)	21/10-11/11	一,三,五	8:00-9:00	摩理臣山游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
成人胸泳訓練班(第三階段)									
40638218 (WC659)	6/10-17/11 (13/10,20/10,27/10)除外	二,四	7:00-8:00	維多利亞公園游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638272 (WC726)	20/10-22/11	二,四	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638306 (WC734)	24/10-23/11	一,三	12:00-13:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
背泳訓練班									
40638277 (WC728)	20/10-22/11	二,四	13:00-14:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638302 (WC733)	24/10-23/11	一,三	10:00-11:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
蝶泳訓練班									
40638269 (WC725)	20/10-22/11	二,四	9:00-10:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638308 (WC735)	24/10-23/11	一,三	13:00-14:00	灣仔游泳池	18+	100	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
健體舞訓練班									
40638235 (WC667)	31/10-7/12	一,三	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	28/9	 
40638236 (WC668)	31/10-7/12	一,三	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	28/9	 
40638238 (WC669)	25/10-1/12	二,四	18:00-19:00	港灣道體育館	14+	65	25	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638240 (WC670)	25/10-1/12	二,四	19:00-20:00	港灣道體育館	14+	65	25	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638241 (WC671)	26/10-2/12	三,五	7:30-8:30	港灣道體育館	14+	65	25	22/9	 
40638284 (WC700)	7/10-2/11	一,三,五	18:00-19:00	駱克道體育館	14+	65	30	6/9	 
40638285 (WC701)	7/10-2/11	一,三,五	19:00-20:00	駱克道體育館	14+	65	30	6/9	 
兒童舞訓練班									
40638245 (WC674)	8/10-10/12	六	14:00-16:00	港灣道體育館	4-11	60	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
Good Fit 活力計劃									
40638228 (WC664)	6/10-22/11	二,四	12:00-13:00	駱克道體育館	14+	80	24	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
40638230 (WC665)	6/10-22/11	二,四	13:00-14:00	駱克道體育館	14+	80	24	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
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>									
40638213 (WC711)	10/10-4/11	一,三,五	16:00-17:00	駱克道體育館	15+	75	12	@8/9	 
40638215 (WC712)	10/10-4/11	一,三,五	17:00-18:00	駱克道體育館	15+	75	12	@8/9	 
40638222 (WC715)	25/10-1/12	二,四	18:00-19:00	駱克道體育館	15+	75	12	@23/9	 
40638224 (WC716)	25/10-1/12	二,四	19:00-20:00	駱克道體育館	15+	75	12	@23/9	 
40638225 (WC717)	25/10-1/12	二,四	20:00-21:00	駱克道體育館	15+	75	12	@23/9	 
40638227 (WC718)	25/10-1/12	二,四	21:00-22:00	駱克道體育館	15+	75	12	@26/9	 
40638267 (WC692)	5/10-14/11	一,三	18:00-19:00	駱克道體育館	15+	75	12	@1/9	 
40638270 (WC693)	5/10-14/11	一,三	19:00-20:00	駱克道體育館	15+	75	12	@1/9	 
40638271 (WC694)	5/10-14/11	一,三	20:00-21:00	駱克道體育館	15+	75	12	@1/9	 
40638274 (WC696)	6/10-15/11	二,四	7:00-8:00	駱克道體育館	15+	75	12	@2/9	 
40638278 (WC697)	6/10-15/11	二,四	8:00-9:00	駱克道體育館	15+	75	12	@5/9	 
40638279 (WC698)	6/10-15/11	二,四	12:00-13:00	駱克道體育館	15+	75	12	@5/9	 
40638282 (WC699)	6/10-15/11	二,四	13:00-14:00	駱克道體育館	15+	75	12	@7/9	 
40638303 (WC710)	10/10-4/11	一,三,五	15:00-16:00	駱克道體育館	15+	75	12	@8/9	 
普及體操訓練班									
40638232 (WC666)	18/10-17/11	二,四	14:00-16:00	港灣道體育館	6+	54	20	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
爵士舞訓練班									
40638242 (WC672)	18/10-20/12	二	10:00-12:00	港灣道體育館	12+	70	25	20/8-26/8 (8/9){28/9}	
東方舞訓練班									
40638217 (WC713)	14/10-16/12	五	20:00-22:00	駱克道體育館	12+	45	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	

社交舞訓練班

40638287 (WC702)	8/10-10/12	六	20:00-22:00	駱克道體育館	14+	86	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
------------------	------------	---	-------------	--------	-----	----	----	-----------------------	---

西方土風舞訓練班

40638292 (WC705)	8/10-10/12	六	14:00-16:00	駱克道體育館	8+	45	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638293 (WC706)	8/10-10/12	六	16:00-18:00	駱克道體育館	8+	45	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

兒童武術訓練班

40638297 (WC708)	9/10-4/12	日	11:00-13:00	駱克道體育館	6-14	86	20	2/9	📄 ⓘ
------------------	-----------	---	-------------	--------	------	----	----	-----	-----

瑜珈訓練班

40638289 (WC703)	8/10-10/12	六	7:00-9:00	駱克道體育館	15+	85	40	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638290 (WC704)	8/10-10/12	六	18:00-20:00	駱克道體育館	15+	85	40	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

正確使用健身室設施簡介會

40638220 (WC714)	16/10	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638296 (WC707)	9/10	日	14:00-17:00	駱克道體育館	15+	免費	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

身心伸展訓練班

40638263 (WC690)	5/10-31/10	一,三,五	14:00-15:00	駱克道體育館	15+	85	24	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638273 (WC695)	5/10-31/10	一,三,五	15:00-16:00	駱克道體育館	15+	85	24	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638321 (WC747)	5/10-11/11	三,五	14:00-15:00	黃泥涌體育館	15+	85	24	5/9	📄 ⓘ

親子(7-17歲)羽毛球同樂日

40638246 (WC675)	9/10	日	10:00-11:00	港灣道體育館	7+	免費	16	9/9	📄 ⓘ
40638248 (WC676)	9/10	日	11:00-12:00	港灣道體育館	7+	免費	16	9/9	📄 ⓘ
40638249 (WC677)	9/10	日	12:00-13:00	港灣道體育館	7+	免費	16	9/9	📄 ⓘ

羽毛球訓練班

40638266 (WC691)	5/10-7/11	一,三	14:00-16:00	駱克道體育館	7+	118	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
------------------	-----------	-----	-------------	--------	----	-----	----	-----------------------	---

親子(7-17歲)羽毛球訓練班

40638301 (WC709)	2/10-6/11	日	11:00-13:00	駱克道體育館	7+	73	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
------------------	-----------	---	-------------	--------	----	----	----	-----------------------	---

兒童羽毛球訓練班

40638320 (WC746)	16/10-18/12	日	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7-11	118	12	16/9	📄 ⓘ
------------------	-------------	---	------------	--------	------	-----	----	------	-----

草地滾球訓練班

40638221 (WC661)	3/10-27/10	一,四	9:00-11:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638223 (WC662)	3/10-27/10	一,四	9:00-11:00	維多利亞公園草地滾球場	8+	54	8	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

壁球訓練班

40638243 (WC673)	5/10-28/10	三,五	7:00-9:00	港灣道體育館	7+	160	8	6/9	📄 ⓘ
40638328 (WC752)	16/10-4/12	日	9:00-11:00	黃泥涌體育館	7+	160	8	16/9	📄 ⓘ

網球訓練班

40638226 (WC663)	18/10-17/11	二,四	7:00-9:00	維多利亞公園網球場	8+	170	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638229 (WC719)	6/10-7/11	一,四	19:00-21:00	香港網球中心	8+	170	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638234 (WC721)	19/10-18/11	三,五	9:00-11:00	銅鑼灣運動場	8+	170	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638237 (WC722)	24/10-24/11	一,四	7:00-9:00	銅鑼灣運動場	8+	170	12	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

灣仔區七人足球比賽 2022

40638214 (QWC657)	9/10-16/10	日	9:00-18:00	維多利亞公園足球場	14+	60	16	28/7-11/8 (16/8){5/9}	✉
-------------------	------------	---	------------	-----------	-----	----	----	-----------------------	---

社區園圃計劃

40638310 (WC737)	29/10-19/3	一,二,三,四,五,六,日	8:00-18:00	灣仔公園社區園圃	12+	400	8	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
------------------	------------	---------------	------------	----------	-----	-----	---	-----------------------	---

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。

精神病康復者羽毛球訓練計劃

40638319 (WC745)	7/10-28/10	五	16:00-18:00	駱克道體育館	14+	2	2/9	📄 ⓘ
------------------	------------	---	-------------	--------	-----	---	-----	-----

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

長者游泳訓練班(第一階段)

40638288 (WC731)	21/10-11/11	一,三,五	9:00-10:00	摩理臣山游泳池	16	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
------------------	-------------	-------	------------	---------	----	-----------------------	---

長者八段錦同樂日

40638253 (WC681)	7/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	7/10	即場報名
40638254 (WC682)	14/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	14/10	即場報名
40638255 (WC683)	21/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	21/10	即場報名
40638256 (WC684)	28/10	五	9:15-11:45	港灣道體育館	160	28/10	即場報名

長者徒手健體訓練班

40638322 (WC748)	3/10-9/11 (5/10,19/10,2/11)除外	一,三,五	8:00-9:00	黃泥涌體育館	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638324 (WC749)	3/10-9/11 (5/10,19/10,2/11)除外	一,三,五	9:00-10:00	黃泥涌體育館	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉
40638326 (WC750)	3/10-9/11 (5/10,19/10,2/11)除外	一,三,五	10:00-11:00	黃泥涌體育館	30	20/8-26/8 (8/9){28/9}	✉

長者普及體操同樂日

40638257 (WC685)	5/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	5/10	即場報名
40638258 (WC686)	12/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	12/10	即場報名
40638260 (WC687)	19/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	19/10	即場報名
40638261 (WC688)	26/10	三	9:15-11:45	港灣道體育館	80	26/10	即場報名

長者康體匯紓 - 室內短墊滾球

40638251 (WC679)	11/10-25/10	二	9:30-11:30	港灣道體育館	64	11/10-25/10	即場報名
------------------	-------------	---	------------	--------	----	-------------	------

活力長者計劃 - 室內短墊滾球暨羽毛球同樂

40638327 (WC751)	3/10-31/10	一	8:00-10:00	黃泥涌體育館	60	3/10-31/10	即場報名
------------------	------------	---	------------	--------	----	------------	------

長者康體匯紓 - 室內門球

40638252 (WC680)	6/10-27/10	四	9:30-11:30	港灣道體育館	64	6/10-27/10	即場報名
------------------	------------	---	------------	--------	----	------------	------