

康樂及文化事務署中西區康樂及體育活動
二零一六年一月至二月

項目	活動名稱	活動 數目	舉辦日期	地點	費用 (\$)	預計人數	備註
1	長跑訓練班	1	17/2 - 20/4/2016	中山紀念公園體育館	130	40	#
2	第一階段 - 成人胸泳訓練班	1	13/1 - 3/2/2016	中山紀念公園游泳池	100	16	#
3	第一階段 - 成人捷泳訓練班	1	13/1 - 3/2/2016	中山紀念公園游泳池	100	16	#
4	第二階段 - 成人捷泳訓練班	1	8 - 29/1/2016	中山紀念公園游泳池	100	20	*
5	第二階段 - 成人胸泳訓練班	1	5/2 - 2/3/2015	中山紀念公園游泳池	100	20	*
6	第三階段 - 成人胸泳訓練班	1	8 - 29/1/2016	中山紀念公園游泳池	100	20	*
7	第三階段 - 成人蝶泳訓練班	1	3/2 - 29/2/2016	中山紀念公園游泳池	100	20	*
8	第三階段 - 成人背泳訓練班	1	3/2 - 29/2/2016	中山紀念公園游泳池	100	20	*
9	水中健體訓練班	1	4/1 - 3/2/2016	中山紀念公園游泳池	80	30	*
		1	15/2 - 16/3/2016	中山紀念公園游泳池	80	30	*
10	健體舞訓練班	2	11/1 - 5/2/2016	香港公園體育館	65	60	#
		2	13/1 - 12/2/2016	上環體育館	65	60	*
		2	26/1 - 10/3/2016	上環體育館	65	60	#
		2	15/1 - 17/2/2016	士美非路體育館	65	60	#
		2	2/2 - 17/3/2016	香港公園體育館	65	60	#
		2	3/2 - 4/3/2016	香港公園體育館	65	60	#
		2	24/2 - 21/3/2016	香港公園體育館	65	60	#
		1	16/2 - 24/3/2016	上環體育館	65	30	#
		2	17/2 - 16/3/2016	上環體育館	65	60	#
		2	22/2 - 18/3/2016	上環體育館	65	60	*
		4	16/2 - 24/3/2016	石塘咀體育館	65	120	#
		2	23/2 - 31/3/2016	士美非路體育館	65	60	#
		2	24/2 - 21/3/2016	士美非路體育館	65	60	#
11	器械健體訓練班	2	4 - 29/1/2016	上環體育館	75	60	#
		2	22/1 - 24/2/2016	上環體育館	75	60	#
		4	11/1 - 5/2/2016	石塘咀體育館	75	120	#
		2	3/2 - 4/3/2016	上環體育館	75	60	#
		2	16/2 - 31/3/2016	上環體育館	75	60	#
		2	17/2 - 16/3/2016	上環體育館	75	60	#
		2	29/2 - 30/3/2016	上環體育館	75	60	#
		2	22/2 - 11/4/2016	中山紀念公園體育館	75	60	#
		2	4/2 - 22/3/2016	中山紀念公園體育館	75	60	#
		2	1/2 - 7/3/2016	石塘咀體育館	75	60	#
		4	19/2 - 16/3/2016	石塘咀體育館	75	120	#
		1	16/2 - 24/3/2016	上環體育館	75	30	#
12	八段錦訓練班	1	6/1 - 19/2/2016	石塘咀體育館	80	30	#
		1	6/1 - 19/2/2016	士美非路體育館	80	30	#
		2	16/2 - 24/3/2016	上環體育館	80	60	#
		1	26/2 - 8/4/2016	士美非路體育館	80	30	#
		1	7/1 - 31/3/2016	石塘咀體育館	80	30	*
13	社交舞訓練班	1	14/1 - 24/3/2016	香港公園體育館	86	30	#
		1	30/1 - 9/4/2016	中山紀念公園體育館	86	30	*
		1	16/1 - 19/3/2016	石塘咀體育館	86	30	*
		1	20/1 - 30/3/2016	石塘咀體育館	86	30	*
		1	11/1 - 21/3/2016	士美非路體育館	86	30	*
		1	21/1 - 31/3/2016	士美非路體育館	86	30	*
14	兒童舞訓練班	1	3/1 - 20/3/2016	上環體育館	60	20	#
		1	3/1 - 13/3/2016	石塘咀體育館	60	20	#
		1	9/1 - 19/3/2016	士美非路體育館	60	20	#
15	爵士舞訓練班	1	5/1 - 15/3/2016	上環體育館	70	30	#
		1	17/1 - 20/3/2016	中山紀念公園體育館	70	30	*
16	中國舞訓練班	1	11/1 - 21/3/2016	石塘咀體育館	45	30	*
		1	13/1 - 23/3/2016	石塘咀體育館	45	30	*
17	清晨太極劍訓練班	1	13/1 - 16/5/2016	上環體育館	60	60	#
		1	23/2 - 18/6/2016	卜公花園足球場	60	60	#
18	太極訓練班	2	27/1 - 30/5/2016	中山紀念公園體育館	60	160	#
		1	27/1 - 27/7/2016	石塘咀體育館	60	50	#
		1	3/2 - 27/7/2016	上環體育館	60	80	#
19	太極劍訓練班	1	27/1 - 27/7/2016	石塘咀體育館	60	50	#
		1	3/2 - 27/7/2016	上環體育館	60	60	#
20	簡易太極班	1	5/1 - 16/2/2016	添馬公園露天劇場	54	30	#
21	黃昏太極訓練班	1	4/1 - 6/5/2016	皇后像廣場花園	60	40	#

項目	活動名稱	活動數目	舉辦日期	地點	費用(\$)	預計人數	備註
22	瑜伽訓練班	1	16/1 - 19/3/2016	香港公園體育館	85	30	*
		1	16/1 - 19/3/2016	中山紀念公園體育館	85	30	*
		1	5/1 - 4/2/2016	石塘咀體育館	85	30	*
		1	6/2 - 23/4/2016	上環體育館	85	30	*
		1	1/2 - 11/3/2016	上環體育館	85	30	*
		1	16/2 - 17/3/2016	石塘咀體育館	85	30	*
		1	17/2 - 18/3/2016	士美非路體育館	85	30	*
23	羽毛球訓練班	1	19/1 - 25/2/2016	石塘咀體育館	118	24	*
		1	5/1 - 4/2/2016	上環體育館	118	24	*
		1	13/1 - 23/3/2016	上環體育館	118	24	*
		1	5/1 - 5/2/2016	中山紀念公園體育館	118	24	*
		1	11/1 - 17/2/2016	中山紀念公園體育館	118	24	*
		1	6/1 - 5/2/2016	士美非路體育館	118	24	*
		1	16/2 - 17/3/2016	上環體育館	118	24	*
		1	19/2 - 22/3/2016	中山紀念公園體育館	118	24	*
		1	24/2 - 30/3/2016	中山紀念公園體育館	118	24	*
		1	19/2 - 23/3/2016	士美非路體育館	118	24	*
		1	17/2 - 18/3/2016	香港公園體育館	118	24	*
1	15/2 - 18/3/2016	香港公園體育館	118	24	*		
24	親子(7-17歲)羽毛球訓練班	1	13/2 - 19/3/2016	士美非路體育館	73	24	*
25	美式桌球訓練班 (第二階段)	2	18/2 - 10/3/2016	士美非路體育館	120	12	#
		2	20/2 - 12/3/2016	士美非路體育館	120	12	#
26	壁球訓練班	1	4/1 - 28/1/2016	香港壁球中心	160	12	#
		1	4/1 - 27/1/2016	中山紀念公園體育館	160	12	#
		1	20/1 - 22/2/2016	士美非路體育館	160	12	#
		1	22/2 - 16/3/2016	中山紀念公園體育館	160	12	#
		1	2/2 - 1/3/2016	上環體育館	160	12	#
27	乒乓球訓練班	1	14/1 - 23/2/2016	香港公園體育館	86	18	#
		1	2/1 - 12/3/2016	上環體育館	86	24	*
		1	5/1 - 4/2/2016	士美非路體育館	86	24	*
		1	9/1 - 19/3/2016	士美非路體育館	86	24	*
		1	18/2 - 31/3/2016	士美非路體育館	86	18	*
28	兒童乒乓球訓練班	1	16/1 - 19/3/2016	石塘咀體育館	86	24	*
29	網球訓練班	1	6/1 - 5/2/2016	香港網球中心	170	18	*
		1	11/1 - 15/2/2016	香港仔網球及壁球中心	170	18	*
		1	16/2 - 17/3/2016	香港網球中心	170	18	*
		1	19/2 - 23/3/2016	香港網球中心	170	18	*
		1	22/2 - 1/4/2016	香港仔網球及壁球中心	170	18	*
30	箭藝訓練班	2	10/1 - 20/3/2016	士美非路體育館	70	24	*
		2	9/1 - 19/3/2016	士美非路體育館	70	24	#
31	場地單車訓練班 (第一階段)	1	14/2/2016	白石鑊型單車場(馬鞍山)	140	20	#
32	健身室月票使用計劃 - 駐場健體教練	1	1/1 - 29/2/2016	香港公園體育館	免費	880	@
		1	1/1 - 31/3/2016	士美非路體育館	免費	2520	@
33	正確使用健身室設施簡介會	1	19/1/2016	上環體育館	免費	25	*
		1	13/1/2016	中山紀念公園體育館	免費	25	*
		1	18/2/2016	上環體育館	免費	25	*
		1	17/2/2016	中山紀念公園體育館	免費	25	*
		1	15/2/2016	石塘咀體育館	免費	25	*
34	健步行簡介會	1	16/1/2016	中西區健步廊	免費	40	#
		1	20/2/2016	香港公園	免費	40	#
35	社交舞同樂夜	1	16/1/2016	香港公園體育館	20	120	#
		1	20/2/2016	香港公園體育館	20	120	#
36	中西區籃球比賽	1	10 - 17/1/2016	中山紀念公園體育館	60	288	*
37	香港公園清晨觀鳥匯聚	1	6/1 - 24/2/2016	香港公園	免費	60	即場
38	綠化義工活動 - 水耕種植體驗計劃	1	7 - 28/1/2016	香港公園溫室	免費	10	@
39	綠化義工活動 - 新春團拜暨頒發服務證書	1	20/2/2016	香港公園溫室	免費	30	@
40	香港公園導賞	1	4/1 - 29/2/2016	香港公園溫室	免費	150	@
		1	2/1 - 26/3/2016	香港公園溫室/觀鳥園	免費	20	@
41	香港公園綠色大搜索	1	16 & 30/1/2016	香港公園	免費	200	@
42	乒乓球同樂日	1	6 - 29/1/2016	士美非路體育館	免費	224	即場
		1	3 - 26/2/2016	士美非路體育館	免費	196	即場
43	室內短墊滾球同樂日	1	4 - 29/1/2016	士美非路體育館	免費	336	即場
		1	1 - 29/2/2016	士美非路體育館	免費	308	即場
44	門球同樂日	1	7 - 28/1/2016	上環體育館	免費	80	即場
		1	4 - 25/2/2016	上環體育館	免費	60	即場

項目	活動名稱	活動數目	舉辦日期	地點	費用(\$)	預計人數	備註
45	普及健體運動 - 行山樂	1	3/1/2016	C2 女婆尋梅到北港 (沙田黃泥頭至西貢北港)	40	48	#
		1	21/2/2016	A2 遠足研習採芙蓉 (大帽山扶輪公園至荃灣芙蓉山道)	40	48	#
46	太平山歡樂行	1	21/2/2016	太平山 / 高西郊遊區	免費	1000	@
47	社區園圃計劃	1	14/2 - 15/6/2016	中山紀念公園社區園圃	400	55	*
48	第三十二屆中西區舞蹈比賽暨頒獎典禮	1	10/1/2016	上環文娛中心	免費	500	@
49	康樂日營	1	17/1/2016	曹公潭戶外康樂中心	60	86	#
50	活力長者計劃 - 乒乓球匯敘	1	6 - 29/1/2016	士美非路體育館	免費	224	即場
		1	3 - 26/2/2016	士美非路體育館	免費	196	即場
51	活力長者計劃 - 室內短墊滾球匯敘	1	4 - 29/1/2016	士美非路體育館	免費	336	即場
		1	1 - 29/2/2016	士美非路體育館	免費	308	即場
52	第一階段 - 長者游泳訓練班	1	13/1 - 3/2/2016	中山紀念公園游泳池	免費	16	*
		1	5/2 - 2/3/2016	中山紀念公園游泳池	免費	16	*
53	第二階段 - 長者游泳訓練班	1	5/2 - 2/3/2016	中山紀念公園游泳池	免費	20	*
54	第三階段 - 長者游泳訓練班	1	8 - 29/1/2016	中山紀念公園游泳池	免費	20	*
55	長者水中健體訓練班	1	4/1 - 3/2/2016	中山紀念公園游泳池	免費	30	*
		1	15/2 - 16/3/2016	中山紀念公園游泳池	免費	30	*
56	長者徒手健體訓練班	1	27/1 - 11/3/2016	上環體育館	免費	30	*
		1	28/1 - 22/3/2016	上環體育館	免費	30	*
		2	27/1 - 21/3/2016	中山紀念公園體育館	免費	60	#
		2	20/1 - 26/2/2016	士美非路體育館	免費	100	*
		2	2/2 - 24/3/2016	石塘咀體育館	免費	60	*
57	長者社交舞訓練班	1	21/1 - 31/3/2016	中山紀念公園體育館	免費	30	*
58	長者太極訓練班	1	25/1 - 30/5/2016	士美非路體育館	免費	50	*
59	長者陸上暢遊	1	19/2/2016	西貢北譚涌、蕉坑	免費	90	*
60	長者日營	1	8/1/2016	曹公潭戶外康樂中心	免費	86	*
61	長者外展健體計劃	1	11/1/2016	鄰舍輔導會雅研社	免費	30	@
		1	14/1/2016	鄰里康齡中心	免費	30	@
		1	15/1/2016	香港基督教女青年會 西環松柏中心	免費	30	@
		1	19/1/2016	香港聖公會聖馬太 長者鄰舍中心	免費	30	@
		1	21/1/2016	鄰舍輔導會雅研社 鄰里康齡中心	免費	30	@
		1	28/1/2016	香港基督教女青年會 西環松柏中心	免費	30	@
		1	22/2/2016	義務工作發展局 西園長者中心	免費	30	@
		1	3/2/2016	香港聖公會聖路加福群會 長者鄰舍中心 (士美非路體育館)	免費	30	@
		1	15/2/2016	保良局陳區碧茵頤養院	免費	30	@
		1	18/2/2016	鄰舍輔導會雅研社 鄰里康齡中心	免費	30	@
		1	24/2/2016	香港基督教女青年會 西環松柏中心	免費	30	@
		1	25/2/2016	香港婦女基金會 何郭佩珍耆康中心	免費	30	@
		1	25/2/2016	義務工作發展局 西園長者中心	免費	30	@
		1	25/2/2016	香港基督教女青年會 西環松柏中心	免費	30	@
62	殘疾人士外展健體計劃	1	28/2/2016	聖雅各福群會(雅逸居)	免費	26	@
63	自閉症 / 智障人士旅行	1	24/1/2016	大澳	免費	93	@
64	自閉症或智障人士高爾夫球同樂日及新界旅行	1	21/2/2016	屯門高爾夫球中心及元朗	免費	52	@
65	智障人士室內短墊滾球訓練計劃	1	22/1 - 15/4/2016	中山紀念公園體育館	免費	12	@
66	智障人士乒乓球訓練計劃	1	2/1 - 12/3/2016	中山紀念公園體育館	免費	10	@
67	長期病患者健體同樂日(鼻咽癌)	1	5/1/2016	上環體育館	免費	20	@
		1	16/1/2016	上環體育館	免費	20	@
		1	30/1/2016	上環體育館	免費	20	@
		1	19/2/2016	上環體育館	免費	20	@
		1	26/2/2016	上環體育館	免費	20	@
		1	27/2/2016	上環體育館	免費	20	@
68	長期病患者器械健體練習計劃(乳癌康復者)	1	16/2 - 24/3/2016	上環體育館	免費	20	@

項目	活動名稱	活動數目	舉辦日期	地點	費用(\$)	預計人數	備註
69	長期病患者水中健體訓練計劃(心臟病患者)	1	21/1 - 29/2/2016	中山紀念公園游泳池	免費	20	@
	總數	216				13897	

備註：* 代表以抽籤形式報名

代表以先到先得的方式在任何分區辦事處或設有「康體通」服務的康體場地辦事處報名

@ 代表以先到先得在本區辦事處報名