

**2023年11月至12月
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2023年11月		2023年12月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
1	背泳訓練班	1	20	-	-
2	成人背泳訓練班	-	-	1	15
3	成人胸泳訓練班 (第三階段)	2	38	1	20
4	成人蝶泳訓練班	1	20	1	20
5	成人捷泳訓練班 (第三階段)	2	31	1	20
6	健體舞訓練班	-	-	5	140
7	健體舞同樂日	1	9	-	-
8	身心伸展訓練班	4	88	2	33
9	身心伸展同樂日	3	72	-	-
10	正確使用健身室設施簡介會	4	93	6	133
11	正確使用健身室設施簡介會 (英語授課)	1	25	-	-
12	器械健體指導課	1	25	1	2
13	器械健體訓練班	6	129	2	60
14	兒童舞訓練班	2	27	1	10
15	體適能測試日	-	-	1	200
16	健步行簡介會	1	2	-	-
17	爵士舞訓練班	-	-	2	52
18	社交舞訓練班	1	30	1	16
19	社交舞同樂日	2	29	2	10
20	舞蹈同樂	2	36	-	-
21	壓力處理及鬆弛技巧訓練班	-	-	1	16
22	壓力處理及鬆弛技巧同樂日	-	-	3	75
23	太極訓練班	-	-	9	234
24	康體匯紓-太極	2	135	2	105
25	太極劍訓練班	-	-	2	33
26	離島區舞蹈晚會2023	-	-	1	200
27	羽毛球訓練班	-	-	3	72
28	羽毛球同樂日	3	54	4	96
29	場地單車訓練 (第一階段)	-	-	1	17
30	圍棋同樂日	1	20	-	-
31	小型網球同樂日	1	15	1	8
32	乒乓球訓練班	-	-	2	48
33	乒乓球同樂日	-	-	2	28
34	網球訓練班	3	54	-	-

**2023年11月至12月
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2023年11月		2023年12月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
35	壁球訓練班	1	7	-	-
36	青少年三人籃球同樂日	1	17	-	-
37	板球同樂日	1	14	-	-
38	足球同樂日	2	51	3	22
39	離島區五人足球比賽2023 (女子組)	-	-	1	30
40	離島區五人足球比賽2023 (男子組)	-	-	1	99
41	離島區小型足球賽-大澳	1	48	-	-
42	離島區小型足球賽-東涌	-	-	1	60
43	長者游泳訓練班 (第三階段)	1	20	1	20
44	長者健體訓練班	7	187	3	90
45	長者器械健體訓練班	2	40	-	-
46	長者乒乓球同樂日	1	19	-	-
47	長者康體匯敘-太極	2	29	2	32
48	長者日營	-	-	2	93
49	長者陸上暢遊	1	47	1	46
50	活力長者計劃-羽毛球	1	10	1	11
51	活力長者計劃-普及體操同樂	2	80	2	80
52	活力長者計劃-健體同樂	1	21	1	24
53	活力長者計劃-乒乓球同樂	3	60	3	60
54	長幼傷健共融健體嘉年華	-	-	1	450
55	長者外展健體活動	3	90	3	70
56	殘疾人士外展健體活動	-	-	6	180
57	殘疾人士旅行	1	20	-	-
58	自閉/弱智人士/精神病康復者日營	1	40	1	32
59	邊緣青少年康體同樂日	1	60	1	60
60	低收入家庭劍擊同樂日	1	32	-	-
61	社區園圃計劃	2	75	-	-
62	園藝講座	1	19	1	24

**2024年1月至2月
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2024年1月		2024年2月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
1	背泳訓練班	1	15	-	-
2	成人背泳訓練班	1	20	1	20
3	成人胸泳訓練班 (第三階段)	1	20	1	20
4	蝶泳訓練班	1	20	-	-
5	捷泳訓練班 (第三階段)	1	20	-	-
6	成人捷泳訓練班 (第三階段)	1	11	2	40
7	健體舞訓練班	-	-	4	120
8	康體匯紓 - 八段錦	1	29	-	-
9	正確使用健身室設施簡介會	6	143	5	123
10	正確使用健身室設施簡介會 (英語授課)	-	-	1	25
11	器械健體指導課	1	25	-	-
12	器械健體訓練班	5	117	6	132
13	中國舞同樂日	1	18	1	20
14	爵士舞訓練班	1	16	-	-
15	社交舞訓練班	4	93	-	-
16	社交舞同樂日	1	5	2	8
17	舞蹈同樂	1	30	-	-
18	壓力處理及鬆弛技巧同樂日	-	-	1	10
19	西方土風舞訓練班	2	47	-	-
20	瑜伽訓練班	1	30	-	-
21	太極訓練班	1	30	-	-
22	康體匯紓-太極	3	318	-	-
23	羽毛球訓練班	5	108	-	-
24	羽毛球同樂日	-	-	2	48
25	高爾夫球同樂日	-	-	1	16
26	乒乓球訓練班	2	39	-	-
27	乒乓球同樂日	2	25	1	16
28	網球訓練班	4	66	2	36
29	網球同樂日	1	10	-	-
30	壁球訓練班	1	7	-	-
31	離島區壁球比賽	1	33	-	-
32	青少年滑板同樂日	2	14	-	-
33	青少年運動攀登同樂日	2	17	2	12
34	離島區門球比賽	-	-	1	59

**2024年1月至2月
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2024年1月		2024年2月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
35	長者游泳訓練班(第三階段)	1	20	1	20
36	長者健體訓練班	5	134	2	46
37	長者器械健體訓練班	-	-	2	40
38	長者康體匯敘-太極	2	42	2	35
39	長者乒乓球訓練班	1	17	-	-
40	長者室內短墊滾球訓練班	1	16	-	-
41	長者室內門球訓練班	1	15	-	-
42	長者康體匯敘-門球	-	-	1	17
43	長者陸上暢遊	1	47	-	-
44	活力長者計劃-健體同樂	1	24	1	19
45	活力長者計劃-普及體操同樂	2	80	2	80
46	活力長者計劃-羽毛球	1	12	1	9
47	活力長者計劃-乒乓球同樂	3	59	3	60
48	長者外展健體活動	3	90	-	-
49	自閉/弱智人士/精神病康復者日營	1	22	-	-
50	邊緣青少年康體同樂日	1	60	1	60
51	低收入家庭飛盤共奔FUN同樂日	2	24	-	-
52	社區種植日	1	500	-	-
53	綠化義工計劃	1	30	-	-
54	園藝講座	1	16	-	-