

二〇一七年五月至七月

離島區康樂及體育活動一覽表

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|-------------------|-----------|----------------|-------------|--------|--------|
| 1 | 包山嘉年華2017 - 搶包山比賽 | 3/5-4/5 | 晚11:30-凌晨12:30 | 長洲北帝廟遊樂場足球場 | 2350 | 免費 |
| 2 | 離島區男子籃球比賽 | 4/6-2/7 | 早10:00-晚7:00 | 長洲體育館 | 16隊 | 60 |
| 3 | 離島區女子籃球比賽 | 4/6-2/7 | 早10:00-晚7:00 | 長洲體育館 | 16隊 | 60 |
| 4 | 水中健體訓練班 | 12/5-30/6 | 午4:00-5:00 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 12/5-30/6 | 午5:00-晚6:00 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 18/5-6/7 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 18/5-6/7 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 7/7-28/7 | 午4:00-5:00 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 7/7-28/7 | 午5:00-晚6:00 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 20/7-5/9 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| | | 20/7-5/9 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 30 | 80/40 |
| 5 | 拯溺訓練班 (銅章課程) | 19/5-23/6 | 晚7:30-9:30 | 東涌游泳池 | 24 | 108/54 |
| | | 7/7-11/8 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 24 | 108/54 |
| 6 | 幼兒水上安全班 | 7/7-28/7 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 11/7-1/8 | 早9:45-10:45 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| 7 | 第一階段兒童胸泳訓練班 | 7/7-28/7 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 10/7-2/8 | 早10:00-11:15 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 11/7-1/8 | 早10:15-11:15 | 明愛賽馬會愛暉游泳池 | 16 | 100/50 |
| 8 | 第一階段兒童捷泳訓練班 | 7/7-28/7 | 午1:00-2:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 10/7-31/7 | 早9:15-10:15 | 明愛賽馬會愛暉游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 11/7-1/8 | 早10:45-11:45 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| 9 | 第一階段兒童/少年捷泳訓練班 | 10/7-31/7 | 早10:15-11:15 | 明愛賽馬會愛暉游泳池 | 16 | 100/50 |
| 10 | 第一階段少年胸泳訓練班 | 7/7-28/7 | 早10:00-11:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 11/7-1/8 | 早11:45-午12:45 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| 11 | 第一階段少年捷泳訓練班 | 7/7-28/7 | 午2:00-3:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 10/7-2/8 | 早8:45-10:00 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 10/7-31/7 | 早11:15-午12:15 | 明愛賽馬會愛暉游泳池 | 16 | 100/50 |
| 12 | 第一階段少年/青年/成人胸泳訓練班 | 11/7-1/8 | 早9:15-10:15 | 明愛賽馬會愛暉游泳池 | 16 | 100/50 |
| 13 | 第一階段青少年胸泳訓練班 | 7/7-28/7 | 早11:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 7/7-28/7 | 午3:00-4:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|------------------|-----------|-------------|----------|--------|--------|
| 15 | 第一階段青年/成人胸泳訓練班 | 11/7-3/8 | 晚8:00-9:15 | 梅窩游泳池 | 16 | 100/50 |
| 16 | 第三階段胸泳訓練班(17歲以下) | 7/7-28/7 | 午1:00-2:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| | | 7/7-28/7 | 午3:00-4:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 17 | 第三階段捷泳訓練班(17歲以下) | 7/7-28/7 | 午2:00-3:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 18 | 蝶泳訓練班(17歲以下) | 7/7-28/7 | 午5:00-6:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 19 | 背泳訓練班(17歲以下) | 7/7-28/7 | 午4:00-5:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 20 | 第一階段成人胸泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/5-29/5 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 18/5-22/6 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/6-26/6 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/6-26/6 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 27/6-27/7 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| 21 | 第一階段成人捷泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/5-29/5 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 18/5-22/6 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/6-26/6 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 5/6-26/6 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| | | 27/6-27/7 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 16 | 100/50 |
| 22 | 第二階段成人胸泳訓練班 | 7/7-28/7 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 23 | 第二階段成人捷泳訓練班 | 7/7-28/7 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 24 | 第三階段成人胸泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| | | 5/6-26/6 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| | | 7/7-28/7 | 晚7:30-8:30 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 25 | 第三階段成人捷泳訓練班 | 5/6-26/6 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| | | 7/7-28/7 | 早8:00-9:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| | | 7/7-28/7 | 晚8:30-9:30 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 26 | 成人蝶泳訓練班 | 7/7-28/7 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 27 | 成人背泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早9:00-10:00 | 東涌游泳池 | 20 | 100/50 |
| 28 | 兒童舞訓練班 | 27/5-5/8 | 午2:00-4:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 60/30 |
| | | 23/7-8/10 | 早9:30-11:30 | 坪洲體育館 | 20 | 60/30 |
| | | 23/7-8/10 | 午1:00-3:00 | 海傍街體育館 | 20 | 60/30 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|----------|------------|---------------|----------|--------|--------|
| 29 | 中國舞訓練班 | 11/5-12/6 | 午3:00-5:00 | 長洲體育館 | 30 | 45/25 |
| | | 4/6-13/8 | 午3:00-5:00 | 長洲體育館 | 30 | 45/25 |
| | | 6/6-8/8 | 午2:30-4:30 | 梅窩體育館 | 20 | 45/25 |
| | | 29/6-31/7 | 午3:00-5:00 | 長洲體育館 | 30 | 45/25 |
| 30 | 西方土風舞訓練班 | 14/5-16/7 | 午4:00-6:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 45/25 |
| | | 11/6-13/8 | 午4:00-6:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 45/25 |
| | | 9/7-10/9 | 午2:00-4:00 | 愉景灣社區會堂 | 30 | 45/25 |
| 31 | 爵士舞訓練班 | 4/5-6/7 | 晚6:50-8:50 | 海傍街體育館 | 20 | 70/35 |
| | | 16/5-25/7 | 午3:20-5:20 | 坪洲體育館 | 30 | 70/35 |
| | | 11/6-13/8 | 早10:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 70/35 |
| 32 | 社交舞訓練班 | 9/5-18/7 | 午2:00-4:00 | 愉景灣社區會堂 | 30 | 86/43 |
| | | 12/5-14/6 | 午3:30 - 5:30 | 海傍街體育館 | 20 | 86/43 |
| | | 13/5-22/7 | 晚7:00-9:00 | 梅窩體育館 | 30 | 86/43 |
| | | 15/6-17/8 | 晚7:45-9:45 | 長洲體育館 | 30 | 86/43 |
| | | 24/6-2/9 | 晚7:45-9:45 | 長洲體育館 | 30 | 86/43 |
| | | 30/6-2/8 | 午3:30 - 5:30 | 海傍街體育館 | 20 | 86/43 |
| | | 9/7-10/9 | 午4:00-晚6:00 | 愉景灣社區會堂 | 30 | 86/43 |
| | | 12/7-13/9 | 晚8:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 86/43 |
| | | 22/7-23/9 | 早9:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 86/43 |
| 33 | 舞蹈同樂 | 3/6 | 晚8:30-10:30 | 東涌文東路體育館 | 50 | 免費 |
| | | 18/6 | 晚7:45-10:15 | 海傍街體育館 | 50 | 免費 |
| | | 21/7 | 晚7:45-9:45 | 坪洲體育館 | 30 | 免費 |
| 34 | 健體舞訓練班 | 1/6-11/7 | 晚7:00-8:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 65/35 |
| | | 1/6-11/7 | 晚8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 65/35 |
| | | 6/6-13/7 | 早9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 65/35 |
| | | 6/6-13/7 | 早10:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 65/35 |
| | | 16/7-15/10 | 早9:00-10:00 | 梅窩體育館 | 20 | 65/35 |
| 35 | 健康舞同樂 | 18/7 | 晚7:45-9:45 | 海傍街體育館 | 50 | 免費 |
| 36 | 瑜伽訓練班 | 28/5-30/7 | 早9:00-11:00 | 長洲體育館 | 30 | 85/43 |
| | | 11/6-20/8 | 午3:00-5:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 85/43 |
| | | 19/7-20/9 | 晚7:10-9:10 | 坪洲體育館 | 30 | 85/43 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|------|------------------|-----------|--------------|----------|------------|---------|
| 37 | 器械健體訓練班 | 9/5-20/6 | 午2:00-3:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 9/5-20/6 | 午3:00-4:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 12/5-7/6 | 晚7:00-8:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 12/5-7/6 | 晚8:00-9:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 12/5-7/6 | 晚9:00-10:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 17/5-26/6 | 晚8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 17/5-26/6 | 晚9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 5/6-13/7 | 晚8:00-9:00 | 坪洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 23/6-19/7 | 晚7:00-8:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 23/6-19/7 | 晚8:00-9:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 23/6-19/7 | 晚9:00-10:00 | 長洲體育館 | 20 | 75/37.5 |
| | | 13/7-22/8 | 午2:00-3:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 13/7-22/8 | 午3:00-4:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 19/7-28/8 | 晚8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 19/7-28/8 | 晚9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/37.5 |
| | | 28/5 | 午2:00-4:00 | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| | | 38 | 正確使用健身室設施簡介會 | 6/5 | 午2:00-5:00 | 長洲體育館 |
| 6/5 | 午3:00-6:00 | | | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 13/5 | 午2:00-5:00 | | | 坪洲體育館 | 25 | 免費 |
| 10/6 | 晚7:00-10:00 | | | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 11/6 | 早9:00-午12:00 | | | 長洲體育館 | 25 | 免費 |
| 18/6 | 午3:00-6:00 | | | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 8/7 | 午2:00-5:00 | | | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 8/7 | 午2:00-5:00 | | | 長洲體育館 | 25 | 免費 |
| 21/7 | 晚7:00-10:00 | | | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 39 | 正確使用健身室設施簡介會(英語) | 12/5 | 晚7:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 25 | 免費 |
| 40 | 兒童羽毛球訓練班 | 18/7-17/8 | 午2:00-4:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 19/7-18/8 | 早9:30-11:30 | 長洲體育館 | 24 | 118/59 |
| 41 | 兒童及青少年羽毛球訓練班 | 19/7-18/8 | 午1:45-3:45 | 坪洲體育館 | 24 | 118/59 |
| 42 | 親子羽毛球訓練班 | 3/6-15/7 | 晚7:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 73/36.5 |
| 43 | 親子羽毛球同樂日 | 24/6 | 午4:00-7:00 | 坪洲體育館 | 72 | 免費 |
| 44 | 青年羽毛球訓練班 | 18/7-17/8 | 午4:00-6:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 118/59 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|-----------------|------------|---------------|----------|--------|--------|
| 45 | 羽毛球訓練班 | 27/5-5/8 | 午1:00-3:00 | 愉景灣社區會堂 | 12 | 118/59 |
| | | 5/6-6/7 | 晚7:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 7/6-7/7 | 早9:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 22/7-7/10 | 午2:30-4:30 | 長洲體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 22/7-7/10 | 午4:30-6:30 | 長洲體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 23/7-22/10 | 早0900-1100 | 坪洲體育館 | 24 | 118/59 |
| | | 31/7-31/8 | 晚7:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 118/59 |
| 46 | 小型網球訓練班 | 17/7-26/8 | 早9:30-11:30 | 坪洲體育館 | 16 | 70/35 |
| | | 17/7-16/8 | 午1:00-3:00 | 東涌文東路體育館 | 16 | 70/35 |
| | | 17/7-16/8 | 午3:00-5:00 | 東涌文東路體育館 | 16 | 70/35 |
| 47 | 兒童乒乓球訓練班 | 3/6-12/8 | 早11:00-午1:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 86/43 |
| | | 11/7-11/8 | 早9:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 86/43 |
| | | 18/7-17/8 | 早9:30-11:30 | 坪洲體育館 | 24 | 86/43 |
| | | 21/7-22/8 | 午2:00-4:00 | 長洲體育館 | 24 | 86/43 |
| 48 | 乒乓球訓練班 | 15/7-16/9 | 午4:15-6:15 | 梅窩體育館 | 24 | 86/43 |
| | | 21/7-22/8 | 午4:00-6:00 | 長洲體育館 | 24 | 86/43 |
| | | 21/7-22/9 | 晚8:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 86/43 |
| 49 | 乒乓球同樂 | 21/5 | 晚7:45-8:45 | 海傍街體育館 | 24 | 免費 |
| | | 21/5 | 晚8:45-9:45 | 海傍街體育館 | 24 | 免費 |
| 50 | 籃球訓練班 | 13/6-15/8 | 晚7:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 75/40 |
| 51 | 響應第六十屆體育節-籃球推廣日 | 21/5/2017 | 午1:00-3:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |
| | | 21/5/2017 | 午3:00-5:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |
| 52 | 排球訓練班 | 13/7-12/8 | 晚6:00-8:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 70/35 |
| 53 | 青年五人足球訓練班 | 17/7-17/8 | 午3:15-5:15 | 坪洲體育館 | 30 | 60/30 |
| 54 | 五人足球訓練班 | 17/7-17/8 | 午2:00-4:00 | 長洲體育館 | 30 | 60/30 |
| 55 | 五人足球同樂日 | 10/7 | 午4:15-5:45 | 坪洲體育館 | 30 | 免費 |
| 56 | 足球訓練班 | 21/7-11/8 | 早9:30-11:30 | 文東路公園 | 30 | 60/30 |
| 57 | 兒童武術訓練班 | 14/7-11/8 | 午3:00-5:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 86/43 |
| | | 22/7-16/9 | 午4:00-6:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 86/43 |
| 58 | 青少年武術訓練班 | 14/7-11/8 | 午5:00-晚7:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 86/43 |
| 59 | 第一階段圍棋訓練班 | 18/7-22/8 | 午2:00-4:00 | 海傍街體育館 | 20 | 40/20 |
| | | 19/7-23/8 | 早10:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 40/20 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|--------------|------------|---------------|-------------|--------|--------|
| | 第一階段圍棋訓練班(續) | 19/7-23/8 | 午4:00-6:00 | 坪洲體育館 | 20 | 40/20 |
| | | 23/7-3/9 | 早10:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 40/20 |
| 60 | 第二階段圍棋訓練班 | 21/5-25/6 | 早10:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 20 | 40/20 |
| 61 | 康體匯紓 - 太極 | 4/5-25/5 | 早9:30-10:30 | 梅窩體育館 | 120 | 免費 |
| | | 6/7-14/9 | 晚7:00-8:30 | 東涌逸東邨排球場 | 90 | 免費 |
| | | 11/7-19/9 | 晚8:00-9:30 | 達東路花園 | 90 | 免費 |
| | | 13/7-21/9 | 早8:15-9:15 | 海傍街體育館天台休憩處 | 90 | 免費 |
| | | 17/7-25/9 | 早9:00-10:30 | 文東路公園 | 90 | 免費 |
| | | 19/7-27/9 | 晚8:00-9:30 | 東涌逸東邨排球場 | 120 | 免費 |
| | | 22/7-30/9 | 晚8:00-9:30 | 大澳道遊樂場2號場 | 120 | 免費 |
| | | 31/7-16/10 | 午6:30-8:00 | 海傍街體育館天台休憩處 | 90 | 免費 |
| 62 | 康體匯紓 - 八段錦 | 8/6-27/7 | 晚7:50-9:20 | 海傍街體育館 | 150 | 免費 |
| 63 | 園藝講座 | 21/5 | 早10:00-午12:00 | 東涌北公園 | 24 | 30/15 |
| | | 14/7 | 午3:00-5:00 | 東涌北公園 | 24 | 30/15 |
| | | 25/7 | 午3:00-5:00 | 東涌北公園 | 24 | 30/15 |
| 64 | 網球訓練班 | 8/6-10/8 | 晚8:00-10:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 17/6-16/9 | 晚7:00-9:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 18/6-10/9 | 早9:00-11:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 18/6-10/9 | 早11:00-午1:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 23/6-25/8 | 晚8:00-10:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 27/6-29/8 | 晚8:00-10:00 | 長洲公園網球場 | 18 | 170/85 |
| | | 15/7-16/9 | 早9:00-11:00 | 東涌富東邨網球場 | 12 | 170/85 |
| 65 | 太極訓練班 | 11/5-31/8 | 早10:30-午12:00 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 40 | 60/30 |
| | | 13/5-5/9 | 早7:30-8:30 | 東涌富東邨羽毛球場 | 30 | 60/30 |
| | | 23/5-14/9 | 早8:00-9:00 | 東涌逸東邨排球場 | 40 | 60/30 |
| | | 2/6-20/9 | 早7:30-8:30 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 40 | 60/30 |
| | | 28/6-18/10 | 晚7:45-8:45 | 坪洲海濱遊樂場 | 40 | 60/30 |
| | | 8/7-31/10 | 早7:45-8:45 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 40 | 60/30 |
| | | 10/7-30/10 | 早7:15-8:15 | 東涌富東邨羽毛球場 | 30 | 60/30 |
| | | 12/7-27/10 | 早9:30-11:00 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 40 | 60/30 |
| 66 | 太極劍訓練班 | 2/6-20/9 | 早8:30-9:30 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 30 | 60/30 |
| | | 28/6-18/10 | 晚8:45-9:45 | 坪洲海濱遊樂場 | 40 | 60/30 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|-----------------------------|-----------|---------------|-------------|--------|--------|
| | 太極劍訓練班(續) | 8/7-31/10 | 早8:45-9:45 | 愉景灣永安百貨對出空地 | 30 | 60/30 |
| 67 | 與地區團體合辦邊緣青少年活動 康體同樂日 | 19/5-20/5 | 晚11:15-凌晨1:30 | 東涌文東路體育館 | 60 | 免費 |
| | | 17/6-18/6 | 晚11:15-凌晨1:30 | 東涌文東路體育館 | 60 | 免費 |
| | | 14/7-15/7 | 晚11:15-凌晨1:30 | 東涌文東路體育館 | 60 | 免費 |
| | | 28/7-29/7 | 晚11:15-凌晨1:30 | 東涌文東路體育館 | 60 | 免費 |
| 68 | 與地區機構合辦低收入家庭人士活動 家庭游泳同樂日 | 15/6 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 50 | 免費 |
| | | 22/6 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 50 | 免費 |
| | | 29/6 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 50 | 免費 |
| | | 6/7 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 50 | 免費 |
| | | 20/7 | 早10:00-午12:00 | 東涌游泳池 | 50 | 免費 |
| 69 | 與地區機構合辦低收入家庭人士活動 宿營 | 28/7-29/7 | 午2:00-午2:00 | 曹公潭戶外康樂中心 | 48 | 免費 |
| 70 | 第一階段長者游泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 16 | 免費 |
| | | 18/5-22/6 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 16 | 免費 |
| | | 5/6-26/6 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 16 | 免費 |
| | | 27/6-27/7 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 16 | 免費 |
| | | 7/7-28/7 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 16 | 免費 |
| | | 11/7-1/8 | 早8:45-9:45 | 梅窩游泳池 | 16 | 免費 |
| 71 | 第二階段長者游泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早10:00-11:00 | 東涌游泳池 | 20 | 免費 |
| | | 5/6-26/6 | 早10:00-11:00 | 東涌游泳池 | 20 | 免費 |
| 72 | 第三階段長者游泳訓練班 | 5/5-29/5 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 20 | 免費 |
| | | 5/6-26/6 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 20 | 免費 |
| | | 7/7-28/7 | 早7:00-8:00 | 東涌游泳池 | 20 | 免費 |
| 73 | 長者器械健體訓練班 | 4/5-15/6 | 早9:00-10:00 | 長洲體育館 | 20 | 免費 |
| | | 4/5-15/6 | 早10:00-11:00 | 長洲體育館 | 20 | 免費 |
| | | 4/7-10/8 | 早9:00-10:00 | 長洲體育館 | 20 | 免費 |
| | | 4/7-10/8 | 早10:00-11:00 | 長洲體育館 | 20 | 免費 |
| 74 | 長者健體訓練班 | 29/5-26/7 | 早8:30-9:30 | 梅窩體育館 | 30 | 免費 |
| | | 2/6-18/7 | 早7:00-8:00 | 長洲體育館 | 30 | 免費 |
| | | 2/6-18/7 | 早8:00-9:00 | 長洲體育館 | 30 | 免費 |
| | | 2/6-18/7 | 早9:00-10:00 | 長洲體育館 | 30 | 免費 |
| | | 5/7-18/8 | 早8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |
| | | 5/7-18/8 | 早9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |

| 項目 | 活動名稱 | 日期 | 時間 | 地點 | 預計參加人數 | 費用(\$) |
|----|-----------------|-----------|---------------|-----------|--------|--------|
| 75 | 長者乒乓球訓練班 | 9/6-11/8 | 早9:00-11:00 | 海傍街體育館 | 24 | 免費 |
| 76 | 長者室內門球訓練班 | 6/6-25/7 | 早10:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 15 | 免費 |
| 77 | 長者室內短墊滾球訓練班 | 6/6-25/7 | 午1:30-3:30 | 東涌文東路體育館 | 16 | 免費 |
| 78 | 長者普及體操訓練班 | 7/7-25/8 | 早9:00-11:00 | 坪洲體育館 | 25 | 免費 |
| 79 | 活力長者計劃 - 普及體操同樂 | 5/5-26/5 | 早9:00-11:00 | 坪洲體育館 | 25 | 免費 |
| | | 9/5-13/6 | 早8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 40 | 免費 |
| | | 9/5-13/6 | 早9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 40 | 免費 |
| | | 29/6-1/8 | 早8:00-9:00 | 東涌文東路體育館 | 40 | 免費 |
| | | 29/6-1/8 | 早9:00-10:00 | 東涌文東路體育館 | 40 | 免費 |
| 80 | 活力長者計劃 - 乒乓球同樂 | 10/5-31/5 | 早10:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 免費 |
| | | 10/5-31/5 | 早11:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 免費 |
| | | 7/6-28/6 | 早10:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 免費 |
| | | 7/6-28/6 | 早11:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 24 | 免費 |
| | | 5/7-26/7 | 早10:00-11:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |
| | | 5/7-26/7 | 早11:00-午12:00 | 東涌文東路體育館 | 30 | 免費 |
| 81 | 長者康體匯絃-門球 | 23/5-4/7 | 早9:00-11:00 | 長洲體育館 | 50 | 免費 |
| | | 18/7-15/8 | 早9:00-11:00 | 長洲體育館 | 50 | 免費 |
| 82 | 長者康體匯絃-太極 | 8/7-26/8 | 早8:15-9:15 | 海傍街體育館 | 120 | 免費 |
| 83 | 長者日營 | 5/5 | 早9:00-午4:00 | 曹公潭戶外康樂中心 | 48 | 免費 |