

**2021年6月至9月  
離島區康樂體育活動一覽表**

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
1	拯溺訓練班(銅章課程)	7/7-16/8/2021	早10:00-午12:00	東涌游泳池	12	108/54
2	幼兒水上安全班	2/8-23/8/2021	早10:00-11:00	東涌游泳池	8	100/50
		5/8-31/8/2021	早8:45-10:00	梅窩游泳池	8	100/50
3	兒童胸泳訓練班(第一階段)	2/8-23/8/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	8	100/50
4	兒童捷泳訓練班(第一階段)	2/8-23/8/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	8	100/50
5	兒童/少年胸泳訓練班(第一階段)	5/8-31/8/2021	早10:00-11:15	梅窩游泳池	8	100/50
6	兒童/少年捷泳訓練班(第一階段)	4/8-30/8/2021	早10:00-11:15	梅窩游泳池	8	100/50
7	兒童/少年/青年胸泳訓練班(第一階段)	2/8-23/8/2021	早11:00-午12:00	東涌游泳池	8	100/50
		4/8-30/8/2021	早11:15-午12:30	梅窩游泳池	8	100/50
8	兒童/少年/青年胸泳訓練班(第二階段)	2/8-23/8/2021	午2:00-3:00	東涌游泳池	10	100/50
		4/8-30/8/2021	午4:00-5:15	梅窩游泳池	10	100/50
9	兒童/少年/青年捷泳訓練班(第一階段)	2/8-23/8/2021	午1:00-2:00	東涌游泳池	8	100/50
		5/8-31/8/2021	早11:15-午12:30	梅窩游泳池	8	100/50
10	兒童/少年/青年捷泳訓練班(第二階段)	2/8-23/8/2021	午3:00-4:00	東涌游泳池	10	100/50
		4/8-30/8/2021	午2:45-4:00	梅窩游泳池	10	100/50
11	青年/成人胸泳訓練班(第一階段)	4/8-30/8/2021	晚8:00-9:15	梅窩游泳池	8	100/50
12	青年/成人胸泳訓練班(第二階段)	6/9-25/10/2021	晚8:00-9:15	梅窩游泳池	10	100/50
13	青年/成人捷泳訓練班(第一階段)	5/8-31/8/2021	晚8:00-9:15	梅窩游泳池	8	100/50
14	青年/成人捷泳訓練班(第二階段)	2/9-28/10/2021	晚8:00-9:15	梅窩游泳池	10	100/50
15	背泳訓練班(17歲以下)	7/7-28/7/2021	午3:00-4:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	午5:00-晚6:00	東涌游泳池	10	100/50
16	胸泳訓練班(第三階段)(17歲以下)	7/7-28/7/2021	午2:00-3:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	午3:00-4:00	東涌游泳池	10	100/50
17	蝶泳訓練班(9-17歲)	7/7-28/7/2021	午5:00-晚6:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	午2:00-3:00	東涌游泳池	10	100/50
18	捷泳訓練班(第三階段)(17歲以下)	7/7-28/7/2021	午1:00-2:00	東涌游泳池	10	100/50
		7/7-28/7/2021	午4:00-5:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	午1:00-2:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	午4:00-5:00	東涌游泳池	10	100/50
19	成人背泳訓練班	2/6-25/6/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	晚7:30-8:30	東涌游泳池	10	100/50
20	成人胸泳訓練班(第一階段)	14/9-19/10/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	16	100/50
21	成人胸泳訓練班(第二階段)	2/8-23/8/2021	晚8:30-9:30	東涌游泳池	10	100/50
		5/8-7/9/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	10	100/50
		1/9-24/9/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	20	100/50
		1/9-24/9/2021	晚7:30-8:30	東涌游泳池	20	100/50
22	成人胸泳訓練班(第三階段)	7/7-28/7/2021	晚7:30-8:30	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	10	100/50
23	蝶泳訓練班	7/7-28/7/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	10	100/50
24	成人蝶泳訓練班	2/8-23/8/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	10	100/50
		2/8-23/8/2021	晚8:30-9:30	東涌游泳池	10	100/50
25	成人捷泳訓練班(第一階段)	1/9-24/9/2021	早10:00-11:00	東涌游泳池	16	100/50
		14/9-19/10/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	16	100/50
26	成人捷泳訓練班(第二階段)	2/8-23/8/2021	晚7:30-8:30	東涌游泳池	10	100/50
		5/8-7/9/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	10	100/50
		1/9-24/9/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	20	100/50
		1/9-24/9/2021	晚8:30-9:30	東涌游泳池	20	100/50

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
27	成人捷泳訓練班 (第三階段)	2/6-25/6/2021	早9:00-10:00	東涌游泳池	10	100/50
		7/7-28/7/2021	早8:00-9:00	東涌游泳池	10	100/50
		7/7-28/7/2021	晚8:30-9:30	東涌游泳池	10	100/50
28	健體舞訓練班	1/6-13/7/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		1/6-13/7/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		5/6-28/8/2021	午2:00-3:00	長洲體育館	10	65/35
		5/6-28/8/2021	午3:00-4:00	長洲體育館	10	65/35
		22/6-3/8/2021	晚7:00-8:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		22/6-3/8/2021	晚8:00-9:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		8/8-24/10/2021	早9:00-10:00	梅窩體育館	15	65/35
		17/8-28/9/2021	晚7:00-8:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		17/8-28/9/2021	晚8:00-9:00	東涌文東路體育館	15	65/35
		14/9-26/10/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	30	65/35
		14/9-26/10/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	30	65/35
		18/9-4/12/2021	午2:00-3:00	長洲體育館	20	65/35
		18/9-4/12/2021	午3:00-4:00	長洲體育館	20	65/35
		29	康體匯紓-八段錦	24/6-19/8/2021	晚7:50-9:20	海傍街體育館
2/9-28/10/2021	晚7:50-9:20			海傍街體育館	50	免費
30	身心伸展訓練班	15/8-31/10/2021	午12:00-1:00	長洲體育館	12	85/43
		15/8-31/10/2021	午1:00-2:00	長洲體育館	12	85/43
		25/8-17/11/2021	晚7:10-8:10	坪洲體育館	12	85/43
		25/8-17/11/2021	晚8:10-9:10	坪洲體育館	12	85/43
31	正確使用健身室設施簡介會	5/6/2021	晚7:00-10:00	東涌文東路體育館	12	免費
		6/6/2021	早9:00-午12:00	長洲體育館	12	免費
		6/6/2021	午2:00-5:00	坪洲體育館	12	免費
		13/6/2021	午2:00-5:00	梅窩體育館	12	免費
		18/6/2021	午2:00-5:00	東涌文東路體育館	12	免費
		3/7/2021	晚7:00-10:00	東涌文東路體育館	12	免費
		10/7/2021	午2:00-5:00	長洲體育館	12	免費
		10/7/2021	午2:00-5:00	坪洲體育館	12	免費
		16/7/2021	晚7:00-10:00	東涌文東路體育館	12	免費
		17/7/2021	午2:00-5:00	梅窩體育館	12	免費
		6/8/2021	早10:00-午1:00	東涌文東路體育館	12	免費
		8/8/2021	早9:00-午12:00	長洲體育館	12	免費
		8/8/2021	午2:00-5:00	坪洲體育館	12	免費
		15/8/2021	午2:00-5:00	梅窩體育館	12	免費
		4/9/2021	早10:00-午1:00	東涌文東路體育館	25	免費
		11/9/2021	早9:00-午12:00	長洲體育館	25	免費
		11/9/2021	午2:00-5:00	坪洲體育館	25	免費
		17/9/2021	午1:00-4:00	東涌文東路體育館	25	免費
18/9/2021	午2:00-5:00	梅窩體育館	25	免費		
32	正確使用健身室設施簡介會 (英語授課)	15/8/2021	晚7:00-10:00	東涌文東路體育館	12	免費
33	器械健體指導課	26/6/2021	午2:00-4:00	梅窩體育館	12	免費
		19/9/2021	午2:00-4:00	長洲體育館	25	免費
		25/9/2021	午2:00-4:00	東涌文東路體育館	25	免費
34	兒童舞訓練班	10/7-11/9/2021	午2:00-4:00	梅窩體育館	10	60/30
		31/7-2/10/2021	午2:00-4:00	東涌文東路體育館	10	60/30
		31/7-2/10/2021	早10:00-午12:00	海傍街體育館	10	60/30
35	中國舞訓練班	2/9-11/11/2021	午2:00-4:00	愉景灣社區會堂	30	45/25
36	中國舞同樂日	26/9/2021	午3:00-5:00	長洲體育館	30	免費

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
37	器械健體訓練班	16/6-4/8/2021	早11:00-午12:00	梅窩體育館	10	75/37.5
		2/7-28/7/2021	晚7:00-8:00	長洲體育館	10	75/37.5
		2/7-28/7/2021	晚8:00-9:00	長洲體育館	10	75/37.5
		6/7-12/8/2021	午2:00-3:00	東涌文東路體育館	15	75/37.5
		6/7-12/8/2021	午3:00-4:00	東涌文東路體育館	15	75/37.5
		21/7-30/8/2021	晚8:00-9:00	東涌文東路體育館	15	75/37.5
		21/7-30/8/2021	晚9:00-10:00	東涌文東路體育館	15	75/37.5
		13/8-8/9/2021	晚7:00-8:00	長洲體育館	10	75/37.5
		13/8-8/9/2021	晚8:00-9:00	長洲體育館	10	75/37.5
		13/8-8/9/2021	晚9:00-10:00	長洲體育館	10	75/37.5
		16/8-30/9/2021	晚9:00-10:00	坪洲體育館	10	75/37.5
		18/8-13/10/2021	早11:00-午12:00	梅窩體育館	10	75/37.5
		2/9-12/10/2021	午2:00-3:00	東涌文東路體育館	30	75/37.5
		2/9-12/10/2021	午3:00-4:00	東涌文東路體育館	30	75/37.5
		27/9-25/10/2021	晚7:00-8:00	長洲體育館	20	75/37.5
		27/9-25/10/2021	晚8:00-9:00	長洲體育館	20	75/37.5
		27/9-3/11/2021	晚8:00-9:00	東涌文東路體育館	30	75/37.5
		27/9-25/10/2021	晚9:00-10:00	長洲體育館	20	75/37.5
27/9-3/11/2021	晚9:00-10:00	東涌文東路體育館	30	75/37.5		
38	水中健體同樂日	23/7/2021	午3:30-晚6:30	梅窩游泳池	15	免費
39	爵士舞訓練班	3/6-12/8/2021	早10:00-午12:00	愉景灣社區會堂	15	70/35
		20/6-29/8/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	15	70/35
		6/7-7/9/2021	午3:20-5:20	坪洲體育館	15	70/35
		8/8-10/10/2021	早10:00-午12:00	梅窩體育館	15	70/35
		12/8-21/10/2021	晚7:15-9:15	海傍街體育館	10	70/35
		5/9-7/11/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	30	70/35
		28/9-30/11/2021	午3:20-5:20	坪洲體育館	30	70/35
40	社交舞訓練班	2/6-2/7/2021	午3:30-5:30	海傍街體育館	10	86/43
		20/6-29/8/2021	午4:00-晚6:00	愉景灣社區會堂	16	86/43
		6/7-7/9/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	16	86/43
		21/7-20/8/2021	午3:30-5:30	海傍街體育館	10	86/43
		21/7-29/8/2021	晚8:00-10:00	東涌文東路體育館	16	86/43
		7/8-9/10/2021	早9:00-11:00	東涌文東路體育館	16	86/43
		12/8-18/9/2021	晚7:45-9:45	長洲體育館	16	86/43
		8/9-15/10/2021	午3:30-5:30	海傍街體育館	20	86/43
28/9-30/11/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	30	86/43		
41	舞蹈同樂	11/6/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	16	免費
		4/9/2021	晚8:30-10:30	東涌文東路體育館	50	免費
		10/9/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	30	免費
		26/9/2021	午3:00-晚6:00	愉景灣社區會堂	30	免費
42	壓力處理及鬆弛技巧訓練班	8/8-7/11/2021	午12:00-1:00	梅窩體育館	15	80/40
43	簡易太極班	26/7-20/8/2021	晚7:45-8:45	坪洲海濱遊樂場	15	54/27
		26/7-20/8/2021	晚8:45-9:45	坪洲海濱遊樂場	15	54/27
44	太極訓練班	28/9-22/1/2021	早7:30-8:30	文東路公園籃球場	30	60/30
45	太極同樂日	30/8/2021	午2:00-3:00	愉景灣社區會堂	20	免費
		30/8/2021	午4:00-5:00	愉景灣社區會堂	20	免費
		16/9/2021	早10:00-11:00	愉景灣社區會堂	20	免費
		16/9/2021	早11:00-午12:00	愉景灣社區會堂	20	免費
		16/9/2021	午12:00-1:00	愉景灣社區會堂	20	免費
46	太極劍同樂日	30/8/2021	午3:00-4:00	愉景灣社區會堂	20	免費

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
47	康體匯絨-太極	10/6-26/8/2021	早8:15-9:15	海傍街體育館天台休憩處	20	免費
		5/7-13/9/2021	晚6:30-8:00	海傍街體育館天台休憩處	20	免費
		6/7-14/9/2021	晚8:00-9:30	文東路公園籃球場	20	免費
		8/7-16/9/2021	晚7:30-9:00	東涌道足球場	20	免費
		12/7-20/9/2021	早9:00-10:30	文東路公園籃球場	20	免費
		9/9-25/11/2021	早8:15-9:15	海傍街體育館天台休憩處	90	免費
		23/9-9/12/2021	晚7:30-9:00	東涌道足球場	120	免費
		27/9-6/12/2021	晚6:30-8:00	海傍街體育館天台休憩處	90	免費
		28/9-7/12/2021	晚8:00-9:30	文東路公園籃球場	120	免費
48	西方土風舞訓練班	20/6-29/8/2021	午2:00-4:00	愉景灣社區會堂	15	45/25
		4/7-12/9/2021	午4:00-晚6:00	東涌文東路體育館	15	45/25
49	兒童武術訓練班	13/7-10/8/2021	午3:00-5:00	東涌文東路體育館	10	86/43
50	瑜伽訓練班	11/7-19/9/2021	午2:00-4:00	東涌文東路體育館	15	85/43
51	毛巾操同樂	29/9/2021	午4:00-晚6:00	愉景灣社區會堂	30	免費
52	兒童羽毛球訓練班	14/7-13/8/2021	午2:00-4:00	東涌文東路體育館	12	118/59
		15/7-26/8/2021	早9:30-11:30	長洲體育館	12	118/59
53	兒童及青少年羽毛球訓練班	16/7-17/8/2021	早11:00-午1:00	梅窩體育館	12	118/59
		16/7-17/8/2021	午1:45-3:45	坪洲體育館	12	118/59
54	青年羽毛球訓練班	14/7-13/8/2021	午4:00-晚6:00	東涌文東路體育館	12	118/59
55	羽毛球訓練班	5/6-28/8/2021	午1:00-3:00	愉景灣社區會堂	12	118/59
		30/6-1/9/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	12	118/59
		4/7-12/9/2021	早9:00-11:00	坪洲體育館	12	118/59
		4/7-12/9/2021	早11:00-午1:00	坪洲體育館	12	118/59
		4/7-12/9/2021	午2:00-4:00	梅窩體育館	12	118/59
		7/7-6/8/2021	早9:00-11:00	東涌文東路體育館	12	118/59
		26/7-26/8/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	12	118/59
		7/8-23/10/2021	晚6:00-8:00	坪洲體育館	12	118/59
		13/9-18/10/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	24	118/59
		29/9-3/11/2021	早9:00-11:00	東涌文東路體育館	24	118/59
		29/9-1/12/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	24	118/59
		29/9-1/12/2021	晚7:00-9:00	坪洲體育館	24	118/59
		56	親子羽毛球訓練班	5/6-10/7/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館
18/9-23/10/2021	晚7:00-9:00			東涌文東路體育館	24	73/36.5
57	中國象棋同樂日	20/6/2021	午2:00-5:00	東涌北公園活動室	20	免費
		19/9/2021	午2:00-5:00	東涌北公園活動室	40	免費
58	圍棋訓練班(第一階段)	27/6-8/8/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	10	40/20
		7/7-11/8/2021	午1:00-3:00	梅窩體育館	10	40/20
		13/7-18/8/2021	午2:00-3:00	海傍街體育館	10	40/20
		14/7-18/8/2021	早9:00-11:00	東涌文東路體育館	10	40/20
59	圍棋訓練班(第二階段)	4/9-9/10/2021	午4:00-晚6:00	梅窩體育館	20	40/20
		5/9-10/10/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	20	40/20
60	小型網球訓練班	12/7-12/8/2021	午1:00-3:00	東涌文東路體育館	8	70/35
		17/7-28/8/2021	早9:30-11:30	坪洲體育館	8	70/35
		17/7-28/8/2021	午1:00-3:00	梅窩體育館	8	70/35
61	小型網球同樂日	26/6/2021	早9:30-午12:30	坪洲體育館	24	免費
		26/6/2021	午2:00-5:00	梅窩體育館	24	免費
		5/9/2021	午2:00-5:00	長洲公園網球場	54	免費
62	壁球訓練班	26/6-14/8/2021	晚7:00-9:00	坪洲體育館	6	160/80
		4/9-6/11/2021	晚7:00-9:00	坪洲體育館	8	160/80

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
63	兒童乒乓球訓練班	13/7-13/8/2021	早9:00-11:00	東涌文東路體育館	10	86/43
		15/7-17/8/2021	早9:30-11:30	坪洲體育館	10	86/43
		15/7-17/8/2021	午1:00-3:00	梅窩體育館	10	86/43
		16/7-17/8/2021	午2:00-4:00	長洲體育館	10	86/43
		28/8-30/10/2021	早11:00-午1:00	東涌文東路體育館	10	86/43
64	乒乓球訓練班	11/6-13/8/2021	晚8:00-10:00	東涌文東路體育館	12	86/43
		10/7-11/9/2021	午1:00-3:00	坪洲體育館	12	86/43
		10/7-11/9/2021	午4:15-晚6:15	梅窩體育館	12	86/43
		16/7-17/8/2021	午4:00-晚6:00	長洲體育館	12	86/43
		27/8-5/11/2021	晚8:00-10:00	東涌文東路體育館	12	86/43
65	乒乓球同樂日	14/8/2021	早10:00-午12:00	愉景灣社區會堂	12	免費
		19/9/2021	晚7:45-8:45	海傍街體育館	24	免費
		19/9/2021	晚8:45-9:45	海傍街體育館	24	免費
66	網球訓練班	25/6-27/8/2021	晚8:00-10:00	長洲公園網球場	9	170/85
		18/7-19/9/2021	早9:00-11:00	長洲公園網球場	9	170/85
		18/7-19/9/2021	早11:00-午1:00	長洲公園網球場	9	170/85
		20/7-21/9/2021	晚8:00-10:00	長洲公園網球場	9	170/85
		14/8-16/10/2021	早9:00-11:00	東涌富東邨網球場	6	170/85
		2/9-11/11/2021	早11:00-午1:00	長洲公園網球場	18	170/85
		4/9-6/11/2021	晚8:00-10:00	長洲公園網球場	18	170/85
		24/9-3/12/2021	晚8:00-10:00	長洲公園網球場	18	170/85
67	網球同樂日	6/6/2021	午2:00-5:00	長洲公園網球場	27	免費
68	一星獨木舟訓練班	8/8/2021	早9:00-午5:00	東涌獨木舟會	8	30/15
69	二星獨木舟訓練班	15/8/2021	早9:00-午5:00	東涌獨木舟會	8	30/15
70	三星獨木舟訓練班	22/8/2021	早9:00-午5:00	東涌獨木舟會	8	30/15
71	籃球訓練班	13/7-14/9/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	15	75/40
		28/9-30/11/2021	晚7:00-9:00	東涌文東路體育館	30	75/40
72	兒童五人足球訓練班	15/7-16/8/2021	午2:00-4:00	長洲體育館	15	60/30
73	青年五人足球訓練班	20/7-20/8/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	15	60/30
		13/9-29/11/2021	晚7:45-9:45	坪洲體育館	30	60/30
74	足球訓練班	19/7-9/8/2021	早9:30-11:30	東涌道足球場	15	60/30
75	足球同樂日	23/8/2021	午2:00-3:30	長洲體育館	10	免費
		23/8/2021	午3:30-5:00	長洲體育館	10	免費
		27/8/2021	晚8:15-9:45	坪洲體育館	15	免費
		29/8/2021	午4:00-晚6:00	東涌道足球場	15	免費
76	家庭飛盤共奔FUN同樂日	11/9/2021	午2:00-3:30	東涌道足球場	40	免費
		11/9/2021	午3:30-5:00	東涌道足球場	40	免費
77	沙灘排球同樂日	14/8/2021	午2:00-晚6:00	銀礦灣泳灘	30	免費
78	排球同樂日	22/8/2021	午3:00-5:00	東涌文東路體育館	10	免費
79	長者游泳訓練班 (第一階段)	2/8-23/8/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	8	免費
		4/8-30/8/2021	早8:45-10:00	梅窩游泳池	8	免費
		1/9-24/9/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	16	免費
		14/9-19/10/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	16	免費
80	長者游泳訓練班 (第二階段)	5/8-7/9/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	10	免費
		1/9-24/9/2021	早11:00-午12:00	東涌游泳池	20	免費
81	長者游泳訓練班 (第三階段)	2/6-25/6/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	10	免費
		7/7-28/7/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	10	免費
		2/8-23/8/2021	早7:00-8:00	東涌游泳池	10	免費

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
82	長者器械健體訓練班	15/6-27/7/2021	早8:00-9:00	長洲體育館	10	免費
		15/6-27/7/2021	早9:00-10:00	長洲體育館	10	免費
		24/8-30/9/2021	早8:00-9:00	長洲體育館	10	免費
		24/8-30/9/2021	早9:00-10:00	長洲體育館	10	免費
		24/8-30/9/2021	早10:00-11:00	長洲體育館	10	免費
83	長者健體訓練班	13/7-27/8/2021	早8:00-9:00	長洲體育館	15	免費
		13/7-27/8/2021	早9:00-10:00	長洲體育館	15	免費
		1/9-22/10/2021	早8:00-9:00	東涌文東路體育館	30	免費
		1/9-22/10/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	30	免費
		1/9-22/10/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	30	免費
		8/9-10/11/2021	早8:30-9:30	梅窩體育館	30	免費
		8/9-10/11/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	30	免費
		17/9-5/11/2021	早8:00-9:00	長洲體育館	30	免費
		17/9-5/11/2021	早9:00-10:00	長洲體育館	30	免費
		17/9-5/11/2021	早10:00-11:00	長洲體育館	30	免費
84	長者康體匯紋-太極	3/6-24/6/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	45	免費
		3/7-31/7/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	45	免費
		8/7-29/7/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	45	免費
		5/8-26/8/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	45	免費
		7/8-28/8/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	45	免費
		2/9-30/9/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	90	免費
		4/9-25/9/2021	早9:30-10:30	梅窩體育館	90	免費
		25/9-13/11/2021	早8:15-9:15	海傍街體育館天台休憩處	20	免費
85	長者室內短墊滾球訓練班	22/6-10/8/2021	午1:30-3:30	東涌文東路體育館	6	免費
		24/8-12/10/2021	午1:30-3:30	東涌文東路體育館	6	免費
86	長者乒乓球訓練班	13/8-22/10/2021	早9:00-11:00	海傍街體育館	12	免費
87	長者室內門球訓練班	22/6-10/8/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	7	免費
		24/8-12/10/2021	早10:00-午12:00	東涌文東路體育館	7	免費
88	長者康體匯紋-門球	1/6-29/6/2021	早9:00-11:00	長洲體育館	15	免費
89	長者陸上暢遊	15/9/2021	早9:00-午5:00	元朗公園及吉慶圍	48	免費
90	活力長者計劃-普及體操同樂	1/6-7/6/2021	早8:00-9:00	東涌文東路體育館	20	免費
		1/6-7/6/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	20	免費
		27/7-26/8/2021	早8:00-9:00	東涌文東路體育館	20	免費
		27/7-26/8/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	20	免費
		14/9-19/10/2021	早8:00-9:00	東涌文東路體育館	40	免費
		14/9-19/10/2021	早9:00-10:00	東涌文東路體育館	40	免費
91	活力長者計劃-羽毛球同樂	3/6-24/6/2021	午2:00-4:00	梅窩體育館	12	免費
		4/6-25/6/2021	早10:00-午12:00	坪洲體育館	12	免費
		2/7-30/7/2021	早10:00-午12:00	坪洲體育館	12	免費
		6/8-27/8/2021	早10:00-午12:00	坪洲體育館	12	免費
		3/9-24/9/2021	早9:00-11:00	梅窩體育館	24	免費
		3/9-24/9/2021	早10:00-午12:00	坪洲體育館	24	免費
92	活力長者計劃-乒乓球同樂	1/6-29/6/2021	早9:00-11:00	坪洲體育館	12	免費
		2/6-30/6/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	12	免費
		2/6-30/6/2021	早11:00-午12:00	東涌文東路體育館	12	免費
		7/7-28/7/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	12	免費
		7/7-28/7/2021	早11:00-午12:00	東涌文東路體育館	12	免費
		7/7-28/7/2021	午1:00-3:00	坪洲體育館	12	免費
		4/8-25/8/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	12	免費
4/8-25/8/2021	早11:00-午12:00	東涌文東路體育館	12	免費		

項目	活動名稱	日期	時間	地點	名額	費用(\$)
	活力長者計劃-乒乓球同樂(續)	4/8-25/8/2021	午1:00-3:00	坪洲體育館	12	免費
		1/9-29/9/2021	早10:00-11:00	東涌文東路體育館	24	免費
		1/9-29/9/2021	早11:00-午12:00	東涌文東路體育館	24	免費
		7/9-28/9/2021	早9:00-11:00	坪洲體育館	24	免費
93	與地區團體合辦 低收入家庭游泳同樂日	2/9/2021	早10:00-午12:00	東涌游泳池	50	免費
		9/9/2021	早10:00-午12:00	東涌游泳池	50	免費
94	與地區團體合辦 自閉症人士現代舞訓練班	1/9-10/11/2021	午1:00-3:00	東涌文東路體育館	12	免費
95	與地區團體合辦 肢體傷殘人士高爾夫球同樂日	22/8/2021	早11:00-午1:00	屯門康樂體育中心	24	免費
96	與地區團體合辦 邊緣青少年康體同樂日	13/8/2021	晚11:15-凌晨1:30	東涌文東路體育館	30	免費
		27/8/2021	晚11:15-凌晨1:30	東涌文東路體育館	30	免費
		17/9/2021	晚11:15-凌晨1:30	東涌文東路體育館	60	免費
97	與地區團體合辦 自閉/弱智/精神病康復者黃昏營	10/9/2021	午4:30-晚10:30	曹公潭戶外康樂中心	40	免費
98	社區園圃計劃	4/7-7/11/2021	早8:00-晚6:00	東涌社區園圃	21	400
99	園藝講座	17/6/2021	早10:30-午12:30	東涌北公園活動室	12	30/15
		24/6/2021	早10:30-午12:30	東涌北公園活動室	12	30/15
		5/8/2021	早10:30-午12:30	東涌北公園活動室	12	30/15
		26/8/2021	午3:30-5:30	東涌北公園活動室	12	30/15