

**2021年10月至11月  
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2021年10月		2021年11月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
1	背泳訓練班	-	-	1	10
2	成人胸泳訓練班(第一階段)	1	8	-	-
3	成人胸泳訓練班(第二階段)	1	10	-	-
4	成人胸泳訓練班(第三階段)	-	-	2	20
5	成人蝶泳訓練班	-	-	1	10
6	成人捷泳訓練班(第一階段)	1	8	-	-
7	成人捷泳訓練班(第二階段)	1	8	-	-
8	成人捷泳訓練班(第三階段)	-	-	2	20
9	健體舞訓練班	2	30	3	45
10	康體匯紓-八段錦	-	-	1	16
11	身心伸展訓練班	-	-	2	24
12	正確使用健身室設施簡介會	4	43	5	60
13	正確使用健身室設施簡介會(英語授課)	-	-	1	12
14	兒童舞訓練班	4	46	-	-
15	中國舞同樂日	1	10	-	-
16	器械健體訓練班	2	30	6	80
17	健步行簡介會	1	11	1	7
18	爵士舞訓練班	-	-	1	15
19	社交舞訓練班	4	53	2	26
20	社交舞同樂日	1	16	-	-
21	壓力處理及鬆弛技巧訓練班	-	-	1	15
22	簡易太極班	-	-	6	80
23	康體匯紓-太極	2	30	-	-
24	西方土風舞訓練班	1	15	-	-
25	瑜伽訓練班	1	12	-	-
26	羽毛球訓練班	2	24	2	24
27	室內單車同樂日(花式單車)	1	18	1	18
28	圍棋訓練班(第一階段)	-	-	1	10
29	小型網球同樂日	-	-	1	27
30	乒乓球訓練班	2	24	-	-
31	網球訓練班	2	18	1	6
32	足球同樂日	1	6	3	44
33	離島區青少年小型足球賽(少年組)	1	87	-	-
34	離島區青少年小型足球賽(青年組)	1	45	-	-
35	離島區小型足球賽-長洲	1	75	-	-
36	離島區小型足球賽-南丫南	1	92	-	-
37	離島區小型足球賽-嶼南及梅窩	1	60	-	-

項目	活動名稱	2021年10月		2021年11月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
38	離島區小型足球賽-大澳	-	-	1	48
39	離島區小型足球賽-東涌	-	-	1	48
40	長者游泳訓練班(第一階段)	1	8	-	-
41	長者游泳訓練班(第二階段)	1	10	-	-
42	長者游泳訓練班(第三階段)	-	-	1	10
43	長者健體訓練班	1	14	8	120
44	長者器械健體訓練班	2	20	-	-
45	長者康體匯敘-太極	2	50	2	50
46	長者室內短墊滾球訓練班	1	6	-	-
47	長者乒乓球訓練班	-	-	1	12
48	長者乒乓球同樂日	1	12	-	-
49	長者室內門球訓練班	1	6	-	-
50	活力長者計劃-普及體操同樂	-	-	2	24
51	活力長者計劃-乒乓球同樂	3	30	3	30
52	園藝講座	1	10	1	10

**2021年12月至2022年1月  
離島區康樂體育活動報告**

項目	活動名稱	2021年12月		2022年1月	
		活動數目	參加人數	活動數目	參加人數
1	背泳訓練班	-	-	1	10
2	成人背泳訓練班	1	10	1	10
3	成人胸泳訓練班(第三階段)	1	10	1	10
4	蝶泳訓練班	-	-	1	10
5	成人蝶泳訓練班	1	10	-	-
6	捷泳訓練班(第三階段)	-	-	1	10
7	成人捷泳訓練班(第三階段)	1	10	1	10
8	健體舞訓練班	2	30	-	-
9	身心伸展訓練班	4	48	-	-
10	正確使用健身室設施簡介會	6	72	-	-
11	器械健體指導課	1	12	-	-
12	器械健體訓練班	4	44	2	60
13	爵士舞訓練班	2	28	1	21
14	社交舞訓練班	2	34	-	-
15	社交舞同樂日	1	23	-	-
16	康體匯紮-太極	1	8	-	-
17	簡易太極班	1	4	-	-
18	西方土風舞訓練班	-	-	1	24
19	瑜伽訓練班	-	-	1	30
20	羽毛球訓練班	5	80	-	-
21	場地單車訓練班(第一階段)	-	-	1	19
22	小型網球同樂日	2	23	-	-
23	離島區分齡乒乓球比賽2021	-	-	1	357
24	網球訓練班	2	24	-	-
25	青年五人足球訓練班	1	15	-	-
26	離島區足球錦標賽	1	84	-	-
27	與地區團體合辦 精神病康復者箭藝同樂日	1	10	-	-
28	與地區團體合辦 邊緣青少年康體同樂日	1	29	-	-
29	長者游泳訓練班(第三階段)	1	10	1	10
30	長者健體訓練班	-	-	1	15
31	長者康體匯紮-太極	2	45	1	17
32	長者室內門球訓練班	1	7	-	-
33	長者康體匯紮-門球	1	14	-	-
34	活力長者計劃-普及體操同樂	2	24	-	-
35	活力長者計劃-乒乓球同樂	3	38	1	6
36	社區園圃計劃	2	38	-	-
37	園藝講座	1	11	-	-

備註：因應2019冠狀病毒的最新情況，康文署於2022年1月7日起取消所有康體活動，直至另行通知。