

2018



康樂及文化事務署 主辦

離島區議會 贊助

大嶼山/坪洲/愉景灣

1月

康體活動

活動項目	活動編號	活動日期 (星期)	活動時間	活動地點	報名日期 (候補日期)
離島區長跑比賽	40482156	14/1 (日)	上午 9:30-11:15	東涌北公園	詳情參閱章程
舞蹈同樂	40458482	19/1 (五)	下午 7:45-9:45		18/12
正確使用健身室簡介會	40473209	27/1 (六)	下午 2:00-5:00	坪洲體育館	6/12
	40480787	13/1 (六)		長洲體育館	
	40481656	6/1 (六)			
	40473206	13/1 (六)	上午 10:00-下午 1:00	東涌文東路體育館	24/11-1/12 (8/12)
	40482200			22/1 (一)	下午 7:00-10:00
	40482210			20/1 (六)	下午 3:00-6:00
乒乓同樂日	40481657	14/1 (日)	下午 7:45-8:45	海傍街體育館	14/12
	40481658		下午 8:45-9:45		
園藝講座-水仙切割	40481652	7/1 (日)	上午 10:00-中午 12:00	東涌北公園(活動室)	8/12
普及健體運動-行山樂	40480775	28/1 (日)	上午 9:00-下午 5:00	白沙澳,深涌,水浪窩	18/12
社區園圃計劃(園圃編號:1-35)*	40484487	7/1-12/5 (一、日)	上午 8:00-下午 6:00	東涌社區園圃	24/11-1/12 (8/12)
社區園圃計劃(園圃編號:36-75)*	40484488				
康體匯絃-太極	40481602	4/1-25/1 (四)	上午 9:30-10:30	梅窩體育館	即場報名
	40481605	6/1-27/1 (六)			
	40481640	11/1-12/4 (四) (15/2, 22/2, 5/4 除外)	上午 8:15-9:15	海傍街體育館天台休憩處	
	40482265	20/1-14/4 (六) (17/2, 31/3 除外)	下午 8:00-9:30	大澳道遊樂場二號場	
	40482264	17/1-4/4 (三) (21/2 除外)		東涌逸東邨排球場	
	40481650	8/1-26/3 (一) (19/2 除外)	上午 9:00-10:30	東涌文東路籃球場	
40481651	2/1-20/3 (二) (20/2 除外)	下午 8:00-9:30			
體趣嘉年華	40482161	6/1 (六)	下午 2:00-5:00	東涌達東路花園	即場報名
	40476922	14/1 (日)		榕樹灣遊樂場	
普及體育推廣計劃-長者健體同樂日	40473210	25/1 (四)	上午 10:30-中午 12:30	坪洲體育館	即場報名
	40473211	27/1 (六)			
活力長者計劃-普及體操同樂	40481599	5/1-26/1 (五)	上午 9:00-11:00	東涌文東路體育館	24/11-1/12 (8/12)
	40482220	16/1-15/2 (二、四)	上午 8:00-9:00		
	40482225			上午 9:00-10:00	
活力長者計劃-乒乓球同樂	40482236	3/1-31/1 (三)	上午 10:00-11:00	東涌文東路體育館	4/12
	40482238		上午 11:00-中午 12:00		
長者日營	40480764	5/1 (五)	上午 9:00-下午 4:00	西貢戶外康樂中心	24/11-1/12 (8/12)

訓練班

活動項目	活動編號	活動日期 (星期)	活動時間	活動地點	報名日期 (候補日期)
第三階段長者游泳	40481632	5/1-26/1 (一、三、五)	上午 7:00-8:00	東涌游泳池(主池)	24/11-1/12(8/12)
第三階段成人胸泳	40481629		下午 7:00-8:00		
第三階段成人捷泳	40481631		下午 8:00-9:00		
成人背泳	40481621		上午 8:00-9:00		
成人蝶泳	40481623		上午 9:00-10:00		
第三階段胸泳	40481626	9/1-8/2 (二、四)	下午 8:00-9:00	東涌文東路體育館	6/12
	40481635		下午 7:00-8:00		
健體舞	40482240	23/1-13/3 (二、四) (15/2, 20/2, 22/2 除外)	下午 8:00-9:00	東涌文東路體育館	18/12
	40482241		上午 9:00-10:00		
	40482242		上午 10:00-11:00		
40482243	30/1-15/3 (二、四) (20/2, 22/2 除外)	上午 9:00-10:00	東涌富東邨網球場	24/11-1/12 (8/12)	
網球	40481654	20/1-7/4 (六) (17/2, 31/3 除外)	上午 9:00-11:00	東涌富東邨網球場	4/12
爵士舞	40480784	4/1-22/3 (四) (15/2, 22/2 除外)	下午 2:00-4:00	愉景灣社區會堂	12/12
西方土風舞	40480756	14/1-15/4 (日) (18/2, 11/3, 18/3, 1/4 除外)			
社交舞	40480757	10/1-21/3 (三) (21/2 除外)	下午 4:00-6:00	東涌文東路體育館	24/11-1/12 (8/12)
	40482190		下午 8:00-10:00		
	40482195		上午 9:00-11:00		
	40480850		下午 7:00-9:00		
器械健體	40481617	24/1-21/3 (一、三) (12/2, 19/2, 21/2, 26/2, 12/3 除外)	上午 10:30-11:30	梅窩體育館	22/12
	40481619	29/1-19/3 (一、四) (15/2, 19/2, 22/2 除外)	下午 9:00-10:00	坪洲體育館	
	40482175	25/1-13/3 (二、四) (20/2, 22/2 除外)	下午 2:00-3:00	東涌文東路體育館	
40482182	下午 3:00-4:00				
武術	40482244	13/1-17/3 (六) (17/2 除外)	下午 4:00-6:00	東涌文東路體育館	13/12
太極劍	40480755	29/1-30/5 (一、三、五) (16, 19, 21/2, 30/3, 2/4 除外)	上午 8:30-9:30	愉景灣永安百貨	7/12
	40480754		上午 7:30-8:30	對出空地	20/12
太極	40481637	3/1-2/5 (三、五) (16/2, 21/2, 30/3 除外)	上午 7:45-9:15	榕樹灣遊樂場	14/12
	40481649	16/1-19/5 (二、四、六) (17, 20, 22/2, 31/3, 5/4, 1/5 除外)	上午 7:30-8:30	東涌富東邨羽毛球場	
瑜伽	40481611	17/1-28/3 (三) (21/2 除外)	下午 7:10-9:10	坪洲體育館	18/12
羽毛球	40480820	7/1-18/3 (日) (18/2 除外)	下午 4:00-6:00	梅窩體育館	7/12
	40480839		下午 2:00-4:00		
	40472342	24/1-4/4 (三) (21/2 除外)	下午 7:00-9:00	坪洲體育館	
	40480842	13/1-24/3 (六) (17/2 除外)	下午 6:00-8:00		
乒乓球	40482245	29/1-12/3 (一、四) (15/2, 19/2, 22/2 除外)	下午 7:00-9:00	東涌文東路體育館	24/11-1/12 (8/12)
	40482246		上午 9:00-11:00		
	40482199	26/1-7/3 (三、五) (16/2, 21/2 除外)	上午 9:00-11:00		
	40482249	26/1-13/4 (五) (16/2, 30/3 除外)	下午 8:00-10:00		
長者健體	40482250	31/1-23/3 (三、五) (16/2, 21/2 除外)	上午 8:00-9:00	梅窩體育館	22/12
	40480857		上午 9:00-10:00		
	40481597		上午 8:30-9:30		
		24/1-4/4 (一、三) (12, 19, 21, 26/2, 12, 26/3, 2/4 除外)	上午 9:30-10:30		

查詢電話：離島區康樂事務辦事處 2352 3220 長洲體育館 2981 6285 海傍街體育館 2981 5409 梅窩體育館 2984 2334 坪洲體育館 2983 1271 東涌文東路體育館 2109 2421