

**康樂及文化事務署**  
**社區康樂體育活動每月一覽表**  
**2026年6月份**

大埔區

活動編號	日期	星期	時間	地點	年齡	費用	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) (公開候補日期)	報名方式	教練/營務導師/領隊姓名
------	----	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------	--------------

**成人捷泳訓練班(第一階段)**

TP260051SWM	15/6-10/7 (19/06,01/07) 除外	一,三,五	08:00-09:00	東昌街游泳池	18+	100.0	16	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		徐玉華
-------------	----------------------------------	-------	-------------	--------	-----	-------	----	----------------------------	--	-----

**拯溺銅章訓練班**

TP260054LSV	8/6-24/7 (19/06,01/07) 除外	一,三,五	19:00-21:00	大埔游泳池	13+	108.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		體育總會/機構提供
-------------	---------------------------------	-------	-------------	-------	-----	-------	----	----------------------------	--	-----------

**健體舞訓練班**

TP260370ADC	1/6-8/7 (08/06,19/06, 22/06,01/07,06 /07)除外	一,三,五	08:00-09:00	大埔體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260371ADC	1/6-8/7 (08/06,19/06, 22/06,01/07,06 /07)除外	一,三,五	09:00-10:00	大埔體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260372ADC	2/6-9/7	二,四	08:00-09:00	大埔墟體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260373ADC	2/6-9/7	二,四	09:00-10:00	大埔墟體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260374ADC	2/6-9/7	二,四	18:00-19:00	太和體育館	14+	65.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260375ADC	2/6-9/7	二,四	19:00-20:00	太和體育館	14+	65.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260376ADC	3/6-15/7 (01/07)除外	一,三	19:00-20:00	東昌街體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260377ADC	3/6-15/7 (01/07)除外	一,三	20:00-21:00	東昌街體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260378ADC	15/6-27/7 (01/07)除外	一,三	19:00-20:00	大埔墟體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260379ADC	15/6-27/7 (01/07)除外	一,三	20:00-21:00	大埔墟體育館	14+	65.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定

**正確使用健身室設施簡介會**

TP260380BFE	6/6-6/6	六	17:00-20:00	東昌街體育館	15+	免費	25	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		體育總會/機構提供
TP260381BFE	13/6-13/6	六	17:00-20:00	東昌街體育館	15+	免費	25	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		體育總會/機構提供

**器械健體訓練班**

TP260383FMG	1/6-13/7 (01/07)除外	一,三	08:00-09:00	富善體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260384FMG	1/6-13/7 (01/07)除外	一,三	09:00-10:00	富善體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260385FMG	2/6-9/7	二,四	18:00-19:00	富亨體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260386FMG	2/6-9/7	二,四	19:00-20:00	富亨體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260387FMG	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	08:00-09:00	大埔體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260388FMG	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	09:00-10:00	大埔體育館	15+	75.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260389FMG	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	07:00-08:00	大埔墟體育館	15+	75.0	30	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260390FMG	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	08:00-09:00	大埔墟體育館	15+	75.0	30	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260391FMG	4/6-14/7	二,四	15:00-16:00	大埔墟體育館	15+	75.0	30	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定
TP260392FMG	4/6-14/7	二,四	16:00-17:00	大埔墟體育館	15+	75.0	30	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		待定

**徒手健體訓練班**

TP260393FEX	9/6-23/7	二,四	19:00-20:00	大埔墟體育館	14+	80.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260394FEX	9/6-23/7	二,四	20:00-21:00	大埔墟體育館	14+	80.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

**身心伸展訓練班**

TP260395BMS	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	13:00-14:00	太和體育館	15+	85.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260396BMS	3/6-17/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	14:00-15:00	太和體育館	15+	85.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260397BMS	9/6-16/7	二,四	09:00-10:00	大埔體育館	15+	85.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260398BMS	9/6-16/7	二,四	10:00-11:00	大埔體育館	15+	85.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

**爵士舞訓練班**

TP260399JAZ	7/6-16/8 (02/08)除外	日	09:00-11:00	大埔墟體育館	12+	70.0	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	-----------------------	---	-------------	--------	-----	------	----	----------------------------	--	----

**社交舞訓練班**

TP260400SDC	2/6-4/8	二	14:00-16:00	大埔墟體育館	14+	86.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	---------	---	-------------	--------	-----	------	----	----------------------------	--	----

**西方土風舞訓練班**

TP260401WDC	5/6-14/8 (19/06)除外	五	19:00-21:00	太和體育館	8+	45.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	-----------------------	---	-------------	-------	----	------	----	----------------------------	--	----

草地滾球訓練班

TP260402LBW	3/6-3/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	09:00-11:00	大埔海濱公園	8+	54.0	8	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	--------------------------------	-----	-------------	--------	----	------	---	----------------------------	--	----

草地滾球同樂日(室內)

TP260404LBW	14/6-14/6	日	13:00-14:30	東昌街體育館	8+	免費	16	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260405LBW	14/6-14/6	日	14:30-16:00	東昌街體育館	8+	免費	16	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

兒童羽毛球訓練班

TP260406BAD	16/6-16/7	二,四	18:00-20:00	大埔墟體育館	7-11	118.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	-----------	-----	-------------	--------	------	-------	----	----------------------------	--	----

羽毛球訓練班

TP260407BAD	1/6-6/7 (19/06)除外	一,五	09:00-11:00	富亨體育館	18+	118.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260408BAD	1/6-6/7 (01/07)除外	一,三	20:00-22:00	太和體育館	18+	118.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260409BAD	6/6-15/8 (01/08)除外	六	10:00-12:00	大埔體育館	12+	118.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

兒童低檯乒乓球訓練班

TP260411TTN	6/6-22/8 (04/07,18/07) 除外	六	14:00-16:00	東昌街體育館	6-9	86.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	---------------------------------	---	-------------	--------	-----	------	----	----------------------------	--	----

乒乓球訓練班

TP260412TTN	3/6-10/7 (19/06,01/07) 除外	三,五	09:00-11:00	太和體育館	14+	86.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260413TTN	2/6-2/7	二,四	09:00-11:00	大埔體育館	14+	86.0	24	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

壁球訓練班

TP260414SQH	6/6-25/7	六	10:00-12:00	大埔體育館	7+	160.0	8	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	----------	---	-------------	-------	----	-------	---	----------------------------	--	----

網球訓練班

TP260415TEN	2/6-7/7 (19/06)除外	二,五	19:00-21:00	大埔運動場-壁球及網球中心	8+	170.0	18	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260416TEN	8/6-9/7	一,四	19:00-21:00	運頭角遊樂場	8+	170.0	12	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

殘疾人士活動編號 (費用全免)	日期	星期	時間	地點	年齡	費用	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) {公開候補日期}	報名方式	教練/營務導師/領隊姓名
--------------------	----	----	----	----	----	----	----	-------------------------------	------	--------------

每名參加者可帶同一名同行照料者出席，報名費用全免。有關同行照料者的安排如下：

訓練計劃：同行照料者可於訓練當日陪同已報名的殘疾人士出席。教練會於每次課堂前派發「同行照料者證」，以資識別。

其他活動：同行照料者須與殘疾人士一同報名參加同樂活動，以便安排旅遊車及營舍名額；報名後獲發「活動參加證」，並須於出席活動時出示該證。

肢體傷殘人士水中健體訓練班

TP260363HFX	5/6-28/8 (19/06)除外	五	12:00-13:00	東昌街游泳池	14+	免費	10	17/4-26/6		不適用
-------------	-----------------------	---	-------------	--------	-----	----	----	-----------	--	-----

殘疾人士正確使用健身室設施簡介會

TP260438BFE	9/6-9/6	二	10:00-13:00	東昌街體育館	18-70	免費	3	28/4-9/6		待定
-------------	---------	---	-------------	--------	-------	----	---	----------	--	----

長者活動編號 (供60歲或以上人士參加，費用全免)	日期	星期	時間	地點	名額	報名/投表日期 (抽籤日期) {公開候補日期}	報名方式	教練/營務導師/領隊姓名
------------------------------	----	----	----	----	----	-------------------------------	------	--------------

長者游泳訓練班(第一階段)

TP260052SWM	15/6-10/7 (01/07,19/06) 除外	一,三,五	09:00-10:00	東昌街游泳池	16	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		徐玉華
TP260053SWM	15/6-10/7 (19/06,01/07) 除外	一,三,五	10:00-11:00	東昌街游泳池	16	1/5-7/5 (17/5-19/5) (27/5)		徐玉華

長者徒手健體訓練班

TP260418FEX	10/6-29/7 (01/07)除外	一,三	08:00-09:00	富善體育館	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260419FEX	10/6-29/7 (01/07)除外	一,三	09:00-10:00	富善體育館	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定

長者排舞同樂日

TP260420DNC	5/6-5/6	五	14:00-17:00	富善體育館	20	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	---------	---	-------------	-------	----	----------------------------	--	----

長者草地滾球訓練班

TP260421LBW	9/6-28/7	二	09:00-11:00	大埔海濱公園	8	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
-------------	----------	---	-------------	--------	---	----------------------------	--	----

長者門球同樂日

TP260422GAT	5/6-5/6	五	08:00-09:30	完善公園	15	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		陳錦強
TP260423GAT	5/6-5/6	五	09:30-11:00	完善公園	15	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		陳錦強
TP260424GAT	12/6-12/6	五	08:00-09:30	完善公園	15	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		待定
TP260425GAT	12/6-12/6	五	09:30-11:00	完善公園	15	1/5-7/5 (17/5-19/5) (26/5)		陳錦強

活力長者計劃 - 乒乓球

TP260426HES	2/6-30/6	二	07:00-08:00	東昌街體育館	24	即場報名	待定
TP260427HES	2/6-30/6	二	08:00-09:00	東昌街體育館	24	即場報名	待定
TP260428HES	5/6-26/6 (19/06)除外	五	07:00-08:00	富善體育館	20	即場報名	待定
TP260429HES	5/6-26/6 (19/06)除外	五	08:00-09:00	富善體育館	20	即場報名	待定

活力長者計劃 - 羽毛球

TP260430HES	3/6-24/6	三	07:00-08:00	富亨體育館	18	即場報名	待定
TP260431HES	3/6-24/6	三	08:00-09:00	富亨體育館	18	即場報名	待定
TP260432HES	2/6-23/6	二	07:00-08:00	大埔體育館	24	即場報名	待定
TP260433HES	2/6-23/6	二	08:00-09:00	大埔體育館	24	即場報名	待定
TP260434HES	18/6-25/6	四	07:00-08:00	大埔墟體育館	24	即場報名	待定
TP260435HES	18/6-25/6	四	08:00-09:00	大埔墟體育館	24	即場報名	待定

活力長者計劃 - 門球

TP260436GAT	4/6-25/6	四	08:00-10:00	富亨體育館	30	即場報名	不適用
-------------	----------	---	-------------	-------	----	------	-----