

調景嶺體育館  
Tiu Keng Leng Sports Centre

健身室時間表

T/P

訓練/活動 Training / Programme

B

團體預訂 Block Booking

M

保養日 Maintenance

Timetable for Fitness Room

年 月

時票人數：8 月票人數：31  
Hourly ticket quota: Monthly ticket quota: 2022 Year 6 Month

日期 Date	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Time 時間	(三)	(四)	(五)	(六)	(日)	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	(六)	(日)	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	(六)	(日)	(一)	(二)	(三)	(四)	(五)	(六)	(日)	(一)	(二)	(三)	(四)
	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu
7 - 8 am													M														M			
8 - 9 am	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M		M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M		M	M	M
9 - 10 am																														
10 - 11 am																														
11 - 12 nn																														
12 - 1 pm																														
1 - 2 pm																														
2 - 3 pm	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M	M		M	M	M	M	M	M	M		M	M	M	M	M		M	M	M
3 - 4 pm																														
4 - 5 pm																														
5 - 6 pm																														
6 - 7 pm																														
7 - 8 pm																														
8 - 9 pm																														
9 - 10 pm																														
10 - 11 pm																														

PH: Public Holiday 公眾假期      am/nn/pm: 上午／中午／下午  
時間表只供參考，請向場地職員查詢最新預訂情況。  
The timetable is for reference only. Please contact venue staff for the latest booking status.