

朗屏體育館

Long Ping Sports Centre

健身室時間表

Timetable for Fitness Room

年 月
2021 Year 11 Month

T/P	訓練/活動	Training / Programme
B	團體預訂	Block Booking
M	保養日	Maintenance
S	清潔時段	Sessional Break

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	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue	(三) Wed	(四) Thu	(五) Fri	(六) Sat	(日) Sun	(一) Mon	(二) Tue
7 - 8 am			T/P		T/P			M		T/P							T/P		T/P			M		T/P		T/P				
8 - 9 am			T/P		T/P			M		T/P							T/P		T/P			M		T/P		T/P				
9 - 10 am								M														M								
10 - 11 am								M														M								
11 - 12 nn								M														M								
12 - 1 pm								M														M								
1 - 2 pm	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
2 - 3 pm																														
3 - 4 pm	T/P		T/P		T/P			T/P		T/P		T/P							T/P			T/P		T/P		T/P			T/P	
4 - 5 pm							T/P																							
5 - 6 pm							T/P																							
6 - 7 pm	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S	S
7 - 8 pm	T/P				T/P														T/P			T/P				T/P			T/P	
8 - 9 pm	T/P	T/P			T/P					T/P						T/P		T/P	T/P			T/P	T/P		T/P	T/P			T/P	T/P
9 - 10 pm		T/P								T/P						T/P		T/P					T/P		T/P					T/P
10 - 11 pm																														

PH: Public Holiday 公眾假期

am/nn/pm: 上午／中午／下午

*本健身室可供入場配額：時票：6/月票：9

*The quota of this fitness room : Hourly Ticket : 6 / Monthly Ticket : 9

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.