

# 北葵涌鄧肇堅體育館 North Kwai Chung Tang Shiu Kin Sports Centre

## 健身室時間表 Timetable for Fitness Room

年 月  
2022 Year 7 Month

T/P	訓練/活動	Training / Programme
B	團體預訂	Block Booking
M	保養日	Maintenance
SB	暫停開放時段	Sessional Break
	公眾假期	Public Holiday

時票名額 Hourly Ticket Quota : 5 月票名額 Monthly Ticket Quota : 8

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	31	
Time 時間	(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)	(五)	(六)	(日)	
	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	Fri	Sat	Sun	
7 - 8 am				M														M														
8 - 9 am																																
9 - 10 am																																
10 - 11 am																																
11 - 12 nn	SB					SB														SB												
12 - 1 pm																																
1 - 2 pm																																
2 - 3 pm																																
3 - 4 pm																																
4 - 5 pm																																
5 - 6 pm	SB																															
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.