

長發體育館 Cheung Fat 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
SB	暫停開放時段	Session Break
M	保養日	Maintenance

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

PH: Public Holiday 公眾假期

am/nn/pm: 上午／中午／下午

時票: 4人 月票: 16人

時間表只供參考，請向場地職員查詢最新預訂情況。

Hourly: 4 persons, Monthly: 16 persons

The timetable is for reference only. Please contact venue staff for the latest booking status.