








沙田運動場緩步跑開放時間表
Opening Hours for Jogging of Sha Tin Sports Ground

月份 / Month : 二零零九年七月 / July 2009

 足球活動 Football Activity	 緩步跑 / Jogging	 大型活動 / Major Event
 田徑訓練 / Athletic Training	 運動會 / Athletic Meet	 假期 Holiday

日期 Date	時間 Time																
	上午 七時至八時 7:00 AM - 8:00 AM	上午 八時至九時 8:00 AM - 9:00 AM	上午 九時至十時 9:00 AM - 10:00 AM	上午 十時至十一時 10:00 AM - 11:00 AM	上午 十一時至十二時 11:00 AM - 12:00 NN	中午 十二時至一時 12:00 NN - 1:00 PM	下午 一時至二時 1:00 PM - 2:00 PM	下午 二時至三時 2:00 PM - 3:00 PM	下午 三時至四時 3:00 PM - 4:00 PM	下午 四時至五時 4:00 PM - 5:00 PM	下午 五時至六時 5:00 PM - 6:00 PM	下午 六時至七時 6:00 PM - 7:00 PM	下午 七時至八時 7:00 PM - 8:00 PM	下午 八時至九時 8:00 PM - 9:00 PM	下午 九時至十時 9:00 PM - 10:00 PM	下午 十時至 十時三 十分 10:00 PM - 10:30 PM	
1 (三) WED																	
2 (四) THUR																	
3 (五) FRI																	
4 (六) SAT																	
5 (日) SUN																	
6 (一) MON																	
7 (二) TUE																	
8 (三) WED																	
9 (四) THUR																	
10 (五) FRI																	
11 (六) SAT																	
12 (日) SUN																	
13 (一) MON																	
14 (二) TUE																	
15 (三) WED																	
16 (四) THUR																	
17 (五) FRI																	
18 (六) SAT																	
19 (日) SUN																	
20 (一) MON																	
21 (二) TUE																	
22 (三) WED																	
23 (四) THUR																	
24 (五) FRI																	
25 (六) SAT																	
26 (日) SUN																	
27 (一) MON																	
28 (二) TUE																	
29 (三) WED																	
30 (四) THUR																	
31 (五) FRI																	

 若運動場內草地正進行足球活動，運動場只會開放跑道 6 至 8 號線道給公眾人士作緩跑之用。
 Jogging will be confined to the lane no. 6 to 8 of the track when the infield is being used for football activity.

最新更改日期 : 21/6/2009
 Date of revision :

* 緩步跑開放時間會視乎節目調動安排。
 * Jogging hour will be changed subject to the booking.