



元朗區體育會 第三十七屆 董事會董事就職典禮



Yuen Long District Sports Association
Jockey Club Complex

元朗區體育會賽馬會大樓



目錄

1) 嘉賓題辭	P.1-13
2) 永遠會長題辭	P.14
3) 會長獻辭	P.15
4) 第三十六屆董事會主席會務報告	P.16-17
5) 第三十七屆董事會主席歡迎辭	P.18-19
6) 謝辭	P.20
7) 首長玉照	P.21-22
8) 第三十七屆董事會名譽會長玉照	P.23
9) 第三十七屆董事會主席及副主席玉照	P.24
10) 第三十七屆董事會常務董事及董事玉照	P.25-27
11) 第三十七屆董事會專業顧問玉照	P.28
12) 第四屆大樓發展委員會玉照	P.29
13) 元朗區體育會組織架構	P.30
14) 第三十七屆董事會董事就職典禮籌備委員會	P.31
15) 第三十七屆董事會董事的感想及展望	P.32-35
16) 本會簡歷	P.36-37
17) 本會館各項設施	P.38-47
18) 各體育部門介紹	P.48-51
19) 持續開辦各項訓練班	P.52-57
20) 2019-2021年度獲得獎項及活動相片花絮	P.58-59
21) 元朗區體育節2020花絮	P.60-61
22) 運動與健康小錦囊	P.62-63
23) 鳴謝篇	P.64-65
24) 各團體祝賀	P.66



民政事務局局長

徐英偉 太平紳士

民政事務局局長

徐英偉



敬題

駿圖迭展 卓建體壇

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮



保安局局長
鄧炳強 先生 PDSM



中央政府駐港聯絡辦
新界工作部部長
李蕝貽 先生

匯才聚力
弘健康民

保安局局長 鄧炳強
 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

愛國愛港
體育之光

中央政府駐港聯絡辦
新界工作部部長 李蕝貽 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮



全國政協委員
立法會議員
新界鄉議局主席

劉業強 BBS MH太平紳士



香港警務處處長

蕭澤頤 先生 PDSM

全國政協委員
立法會議員、新界鄉議局主席

劉業強



敬題

促進地區發展
宏揚體育精神

元朗區體育會第三十七屆

董事會董事就職典禮

香港警務處處長

蕭澤頤



敬題

同心協德
競藝培才

元朗區體育會第三十七屆

董事會董事就職典禮



立法會議員(體育、演藝、文化及出版界)

馬逢國 GBS SBS太平紳士



全國政協委員
立法會議員

梁志祥 SBS BBS MH太平紳士

普及體育 凝聚社區

立法會議員 馬逢國 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

弘揚體藝 凝聚社區

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

全國政協委員
立法會議員 梁志祥
 敬題



民政事務總署署長
謝小華 太平紳士



康樂及文化事務署署長
劉明光 太平紳士

楊康樂育
澤惠社羣

民政事務總署署長 謝小華 敬題



賢才匯聚
體藝弘彰

康樂及文化事務署署長 劉明光 敬題



元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮



民政事務局體育專員

楊德強 太平紳士



全國政協委員
香港體育學院董事局主席

林大輝 博士 SBS太平紳士

惠益坊眾
功耀體壇

民政事務局體育專員 楊德強 敬題



元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

弘揚體壇
共展新猷

全國政協委員
香港體育學院董事局主席 林大輝 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮



香港地區體育會聯會會長
霍啟剛 太平紳士



香港警務處
元朗警區指揮官
何鎮宗 總警司

同心戮力
弘揚體育

香港地區體育會聯會會長 霍啟剛 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮

培育棟樑
功在社會

香港警務處
元朗警區指揮官 何鎮宗 敬題

元朗區體育會第三十七屆
董事會董事就職典禮



元朗區體育會永遠會長
黃松泉 SBS BBS太平紳士



元朗民政事務專員
元朗區體育會會長
胡天祐 太平紳士

群策群力 弘揚體育

元朗區體育會第三十七屆 董事會董事就職典禮

元朗區體育會自一九五八年成立以來，一直積極推動地區體育發展，成績斐然，有目共睹。體育會深受地區認同和支持，規模不斷壯大，是歷屆董事會成員群策群力的成果。多年來，體育會致力推廣普及體育，舉辦並鼓勵市民踴躍參與有益身心的活動和訓練班，推展全民運動的風氣，對凝聚社會帶來正面力量。體育會亦籌辦各項競賽，除了讓運動同好互相砥礪切磋，還可藉此發掘具潛質的運動員加以栽培，為體壇增添生力軍，對提升本地運動水平卓有建樹。

兩年一度的「元朗區體育節」，是區內萬眾矚目的體壇盛事。元朗區體育會為主辦單位之一，以不同形式的節目和賽事，把運動帶進社區，多年來培養元朗區居民對運動的熱愛。去年疫情期間，體育會靈活變通，在線上舉辦「元朗區體育節2020」，讓市民突破疫情限制，享受運動之樂，促進身心健康。體育會銳意培育新秀，人才輩出，在公開及國際比賽中屢獲殊榮。過去七屆「全港運動會」，體育會傾力協助元朗區代表隊備戰，一眾選手亦不負眾望，連續六屆為本區勇奪全場總冠軍。元朗區能創下如此輝煌的戰績，實有賴體育會全體成員齊心協志，努力耕耘。

欣逢元朗區體育會第三十七屆董事會就職，謹在此感謝去屆董事會的貢獻，並祝新一屆董事會再接再厲，更上層樓。

元朗民政事務專員
元朗區體育會會長
胡天祐
二〇二一年七月三十日

黃松泉
敬題





第三十六屆董事會主席
莊健成 MH 太平紳士

全國政協委員、立法會議員 **梁志祥**SBS, BBS, MH太平紳士

中央政府駐港聯絡辦新界工作部 **李功勛**副部長

民政事務局署理體育專員 **鄭青雲**先生

香港地區體育會聯會會長 **霍啟剛**太平紳士

香港警務處 元朗警區指揮官 **何鎮宗**總警司

會長 **胡天祐**太平紳士

各位董事、各界團體領袖、各位嘉賓、各位朋友：

欣逢元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮，本人謹代表董事會向各位匯報2019-2021年度會務情況。

在過去一年，雖然受2019冠狀病毒病疫情影響，原定多項賽事及活動也需延期或取消，但本會全人對體育運動的支持及熱誠從未減退，期盼能持續為市民提供多元化的體育活動。

(一) 常規活動

本會為培訓青少年健康成長，一向致力舉辦各式康體比賽與培訓。在過去兩年，得到元朗區議會的支持，撥款推廣體育運動，包括由本會主辦的3人籃球賽、體操公開賽、手球錦標賽、統籌及安排40多項精英運動員訓練計劃，包括田徑、長跑、羽毛球、籃球、啦啦隊、足球、門球、體操、手球、乒乓球、花式跳繩、體育舞蹈、游泳、網球、排球、跆拳道、武術等；更派出代表隊參加新界區際及全港賽事。

(二) 舉辦大型活動及推廣體育

- 本會獲民政事務總署撥款舉辦了劍擊賽事，原定舉行的舞蹈賽及小型運動會因疫情而取消。
- 本會舉辦的「元朗區體育節2020」已於2020年12月期間以網上形式舉行，當中包括直播運動教室、SPORTS FROM HOME及虛擬馬拉松，藉此感謝熱心人士的支持，慷慨贊助活動經費。
- 與中國香港體操總會結為合作夥伴，藉以提高本區體操運動員的水平，啟發潛能，培育年青運動員成為體操隊伍的精英。

— 與元朗警區合辦籃球訓練營，讓籃球愛好者能有持續的訓練，提升他們的興趣及球技。

— 本會除了主辦及協辦多項社區康樂活動外，更持續舉辦多項運動興趣班，讓青少年及市民可在閒暇時間參加有益身心的運動。

(三) 會務發展

- 為推動各項會務，讓更多熱愛體育人士支持本會，特別邀請10位地區人士擔任名譽會長。
- 本會為地區的非牟利體育團體，對外代表元朗區參加各項體育運動競賽，對內則負責推動康樂體育活動及培訓精英運動員；本會共有17個體育部門，分別為田徑、羽毛球、籃球、舞蹈、足球、健身、門球、體操、手球、欖球、乒乓球、壁球、花式跳繩、游泳、網球、排球及武術。
- 各項班組發展蓬勃，20多項運動興趣班在過去兩年持續開辦共約有2,700班，參加人次超過32,000人。
- 齊心抗疫活動：受2019冠狀病毒病疫情影響，全城出現口罩短缺及搶購潮，為幫助有需要人士，舉辦「齊心抗疫送暖行動」，向本會會員、教練、運動員、市民及社福機構派發防疫包。是次活動合共派發3,200份，藉此感謝本會董事及熱心人士的支持，慷慨贊助活動經費。
- 加入香港地區體育會聯會，希望與18區體育會、政府部門等做好聯絡工作，同心協力發展本地體育事業。

(四) 大樓維修及設施管理

在過去兩年，進行大樓維修與修葺，優化並提升大樓設施，為會員提供更完善的服務。將地下原有的餐廳位置改建為多元化的健身室配置咖啡室，為會員提供優質的服務，此項工程費用超過港幣400萬元。另外，亦提升了4樓體操武術館的設施，進行了燈盤及窗戶改裝工程。同時，6樓健身中心也進行了翻新工程，費用超過100萬元。此外，為提供優質的體育設施及服務給會員，本會向戴麟趾爵士康樂基金申請了約55萬元，以添置運動器材及提升會館內的設備。

回顧過去，展望將來，本會過去63年來的豐碩成果，實有賴歷屆主席及董事會全人的努力及無私奉獻，才令會務得以發展興隆，本人謹此致以衷心的感謝，亦深信鄭水維主席與新一屆董事會成員定能承先啟後，繼往開來，令本會會務更臻至善。

本人祝願元朗區體育會的體育事業繼續發展蓬勃，運動員繼續為元朗區爭取更好成績。最後，本人藉此機會，多謝各位董事、各位地方賢達在過去兩年對本人的支持及厚愛，祝各位身體健康、生活愉快！

第三十六屆董事會主席
莊健成
二〇二一年七月三十日



第三十七屆董事會主席
鄭水維 先生

全國政協委員、立法會議員 **梁志祥**SBS, BBS, MH太平紳士

中央政府駐港聯絡辦新界工作部 **李功勛**副部長

民政事務局署理體育專員 **鄭青雲**先生

香港地區體育會聯會會長 **霍啟剛**太平紳士

香港警務處 元朗警區指揮官 **何鎮宗**總警司

會長 **胡天祐**太平紳士

各位董事、各界團體領袖、各位嘉賓、各位朋友：

今天舉行元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮，荷蒙各位主禮嘉賓在百忙中蒞臨主禮，各方友好撥冗光臨指導，本人謹代表董事會全人致以熱烈歡迎及衷心感謝。

本會自一九五八年成立以來，一直致力推動地區體育發展，除了舉辦多元化體育訓練課程及賽事外，亦積極籌辦各項大型活動，以培育體壇精英為己任。經本會培訓的傑出運動員部分已踏上港隊階梯，有望成為體壇明日之星。除精英培訓外，本會亦致力將體育運動普及化，透過推動各項體育發展，增加區內各界人士參與和投入不同運動，提昇各界人士對運動的興趣，共創活力元朗與健康和諧社區。

除此之外，本會每年更得到元朗區議會、元朗民政事務處、康樂及文化事務署的鼎力支持及贊助，舉辦不同類形的體育運動。當中每年與康文署合辦的十項常規體育賽事，也發掘與提拔了不少運動精英，他們代表本區參加區內外賽事，獲獎無數，成績令人鼓舞。

本會擁有一座美輪美奐的體育大樓，設備完善，吸引不同年齡人士使用。隨著時代的步伐，本會進行了一項重大工程－擴充健身業務，在地下餐廳位置改建為健身室配置餐飲服務，除了注入新的訓練元素外，亦以嶄新器械為會員提供一系列的健身服務，會員使用健身設備後亦可輕鬆嘆茶消磨時間，可謂一舉兩得。

過去一年，全世界因為這次新冠肺炎的世紀疫症，面臨種種損失及傷害，體育會同樣也無一幸免，在疫情下，會館迫於無奈要關閉數月，就算重開也是有限度地為會員提供服務，大大影響會館的運作。本屆董事會於四月履新後，亦不會因疫情帶來的災禍而停滯不前，董事會全人亦秉持地區體育發展、推廣運動的精神，力求創新及拓展新業務，繼續為區內市民提供多元化的體育活動。

本會在上屆莊健成主席領導下，除持續舉辦訓練班外，亦主辦兩年一屆的「元朗區體育節2020」，因受到疫情影響無法舉行實體活動，本會改以網上形式進行，雖然性質與往屆不同，但也掀起一度熱潮，成為運動愛好者茶餘飯後的佳話。

本人幸蒙全人厚愛，推選為第三十七屆董事會主席，我承諾定當與董事會成員竭盡所能，全力以赴，共同推動體育事業，向前邁進，更上一層。

此外，本人藉此代表董事會全人祝賀本會成員沈豪傑副主席榮獲特區政府頒授銅紫荊星章、陳嘉輝副主席和馮壽如名譽會長榮獲特區政府頒授行政長官社區服務獎狀。他們在社會上努力不懈，致力服務社群，貢獻良多，以上三位人士得獎乃實至名歸，可喜可賀。

最後，本人謹代表董事會全人再次感謝五位主禮嘉賓以及在座各位嘉賓出席鼓勵及支持。祝各位身心康泰，家庭幸福，生活愉快。

第三十七屆董事會主席
鄭水維
二〇二一年七月三十日



第三十七屆董事會副主席
沈豪傑 BBS 太平紳士

全國政協委員、立法會議員 **梁志祥**SBS, BBS, MH太平紳士

中央政府駐港聯絡辦新界工作部 **李功勛**副部長

民政事務局署理體育專員 **鄭青雲**先生

香港地區體育會聯會會長 **霍啟剛**太平紳士

香港警務處 元朗警區指揮官 **何鎮宗**總警司

會長 **胡天祐**太平紳士

主席 **鄭水維**先生

各位董事、各界團體領袖、各位嘉賓、各位朋友：

本會第三十七屆董事會董事就職典禮荷蒙梁志祥議員、李功勛副部長、鄭青雲署理體育專員、霍啟剛會長、何鎮宗總警司親臨主禮，分別致辭勉勵及主持各項禮儀，各位嘉賓光臨指導，各方好友相聚同歡，實乃本會之榮幸。本人謹代表本會全人致以衷心感謝！

籌備是次就職典禮，工作繁重，過程甚為艱巨，在新冠疫情肆虐的環境下，每事安排更需謹慎，幸得各工作小組同心協力，令典禮得以順利舉行，在此謹向各位籌備委員會委員致謝。同時亦要感謝在座各位親臨見證本會就職誌慶，藉此鳴謝各尊敬的嘉賓為紀念特刊惠賜題辭，厚誼隆情！亦得到各界團體友好贊助特刊廣告、饋贈賀言、花籃致賀，令典禮活動增光生色，本會全人深表謝意。

最後，祝各位身體健康，事事如意！

第三十七屆董事會
董事就職典禮籌備委員會召集人
沈豪傑
二〇二一年七月三十日



永遠會長
黃松泉 SBS BBS 太平紳士



榮譽會長
鄭樹明 BBS 太平紳士



榮譽會長
文炳南先生 MH



榮譽會長
林偉培先生



榮譽會長
鄭海泉先生



會長
胡天祐 太平紳士



林楚強 先生



鄧煒麟 先生



副會長(兼任董事)
邱帶娣 女士 BBS MH



副會長(兼任董事)
鄧偉明 先生 BBS MH



副會長(兼任董事)
文富穩 先生 BBS



邱慶平 先生



李任基 先生



副會長(兼任董事)
佘恩典 先生



副會長(兼任董事)
馮榮輝 先生



副會長(兼任董事)
袁漢華 先生



鄧自然 先生



蔡振忠 先生



馮壽如 先生



義務秘書
徐寶玲 女士



副會長(兼任董事)
莊健成 MH 太平紳士



義務顧問
陳少蘭 女士

主席及副主席玉照



主席
鄭水維先生



副主席
陳嘉輝先生



副主席
沈豪傑BBS 太平紳士



副主席
鄧作霖先生



副主席
簡有山先生



副主席
黃禮森先生



副主席
梁明堅先生



蕭浪鳴先生 MH



王威信先生 MH



曾樹和先生



馮海風先生



袁敏兒女士



李良驥先生



袁蘭芳女士



文中慶先生



鄧達善先生



黃嘉賢先生



趙銘安先生



郭時興先生

常務董事玉照



梁志祥SBS BBS MH 太平紳士



陳遠華BBS 太平紳士



黃柏仁先生



文國堂先生



李鴻杰先生



鄧廉光先生



余常光先生



鄭光潤先生



廖仲平先生



文光明先生



馬淑燕女士



鄧再森先生



黃文康先生



鄭嘉成先生



邱旭輝先生



林麗儀女士



鄧添福先生



鄧耀琛先生



林煒丹先生



義務法律顧問
陳建民 律師



義務跌打醫事顧問
鄧信平 醫師



義務物理治療師
黃燦鴻 治療師



義務醫事顧問
劉業光 醫生



委員
黃松泉 SBS BBS 太平紳士



委員
佘恩典 先生



委員
鄧作霖 先生



主席
鄧偉明 先生 BBS MH



副主席
鄧慶業 先生 BBS



委員
邱帶娣 女士 BBS MH



委員
鄭水維 先生



委員
文炳南 先生 MH



委員
徐寶玲 女士



委員
陳少蘭 女士

元朗區體育會組織架構

永遠會長：黃松泉SBS, BBS太平紳士
榮譽會長：鄭樹明BBS太平紳士 文炳南先生MH 林偉培先生 鄭海泉先生
會長：胡天祐太平紳士
副會長：鄧偉明先生BBS, MH 邱帶娣女士BBS, MH 文富穩先生BBS 馮燦輝先生
(兼任第37屆董事會董事) 余恩典先生 袁漢華先生 莊健成MH太平紳士
名譽會長：林楚強先生 鄧煒麟先生 邱慶平先生 李任基先生
(第37屆董事會) 蔡振忠先生 鄧自然先生 馮壽如先生
義務秘書：徐寶玲女士
義務顧問：陳少蘭女士

第三十七屆 (2021-2023) 董事會

主席：鄭水維先生
副主席：沈豪傑BBS 太平紳士 陳嘉輝先生 鄧作霖先生
黃禮森先生 簡有山先生 梁明堅先生
常務董事：王威信先生MH 蕭浪鳴先生MH 曾樹和先生 袁敏兒女士
馮海風先生 李良驥先生 文中慶先生 袁蘭芳女士
鄧達善先生 趙銘安先生 黃嘉賢先生 郭時興先生
董事：梁志祥SBS, BBS, MH太平紳士 陳遠華BBS太平紳士 黃柏仁先生 文國堂先生
鄧廉光先生 李鴻杰先生 余常光先生 廖仲平先生 鄭光潤先生 文光明先生
鄧再森先生 馬淑燕女士 黃文康先生 邱旭輝先生 鄭嘉成先生 林麗儀女士
鄧耀琛先生 鄧添福先生 林煒丹先生
專業顧問：義務法律顧問 陳建民律師 義務跌打醫事顧問 鄧信平醫師
(非董事會成員) 義務物理治療師 黃燦鴻治療師 義務醫事顧問 劉業光醫生

第四屆 (12/2019-11/2022) 大樓發展委員會

主席：鄧偉明先生BBS, MH
副主席：鄧慶業先生BBS
委員：黃松泉SBS, BBS太平紳士 文炳南先生MH 邱帶娣女士BBS, MH
余恩典先生 徐寶玲女士 鄭水維先生 鄧作霖先生 陳少蘭女士

元朗區體育會 第三十七屆董事會董事就職典禮籌備委員會

主席：鄭水維先生
召集人：沈豪傑副主席BBS JP

總務組

主任：陳嘉輝副主席
成員：李良驥常務董事 郭時興常務董事 鄧再森董事 馬淑燕董事 鄧耀琛董事

典禮組

主任：鄧作霖副主席
成員：袁蘭芳常務董事 鄧廉光董事 鄧再森董事 林麗儀董事

公關組

主任：黃禮森副主席
成員：余恩典副會長 馮海風常務董事 趙銘安常務董事 郭時興常務董事 鄭光潤董事

編印組

主任：簡有山副主席
成員：蕭浪鳴常務董事MH 黃嘉賢常務董事 馬淑燕董事 邱旭輝董事

財務組

主任：梁明堅副主席
成員：袁敏兒常務董事 馮海風常務董事 文中慶常務董事 鄧添福董事

董事的感想及展望



文富穩 副會長 BBS

本人自1999年加入元朗區體育會至今，期間目睹體育會在各位成員的不懈努力之下逐漸成長並趨向完善。近期地下新健身室工程即將完工，這是非常令人期待及興奮的好消息！此舉讓年青人有進行身心健康活動的地方，能鍛鍊年青人體魄，亦為培養香港未來優秀運動員提供了優良環境。

期望將來本會會務更上一層樓，為香港體育事業盡一分力！



莊健成 副會長 MH JP

身為熱愛運動的一份子，不知不覺加入體育會這個大家庭已經超過18年了，過去兩年有幸擔任董事會主席並得到大家的支持和信任，與各位董事會全人共同合作推動各項體育事業。雖然受到2019新冠肺炎疫情影響，但去年元朗區體育節活動改以網上形式舉行並得到圓滿成功，本人藉此機會感謝各位全人的努力和付出！最後，我期望能讓運動員有更多機會參加國際比賽，為港爭光！



鄭水維 主席

時間的飛逝，本人加入元朗區體育會成為永遠會員已有四十餘年的資歷，進入董事會也有拾多年的時間。今年2021年又是元朗區體育會董事會換屆之期，今年是第三十七屆，非常榮幸地，本人得到董事會全人的信任及支持，委以重任，承擔第三十七屆董事會主席之職，在此向各位董事們表示衷心的謝意！在未來的日子裏，本人定當竭盡所能為本會及社區體育事業服務，努力把元朗地區的體育活動融入社區，做到最好。本人剛接過莊健成前主席之棒，珠玉在前，我定當努力工作，繼續執行已落實之體育項目及計劃，並和董事會成員及本會秘書處各同事們探討本會以後發展的目標及路向，以及和政府各部門緊密合作，為廣大的市民提供各項健康的體育活動，本人期望能達到滿意的目標。



沈豪傑 副主席 BBS JP

時光荏苒，我見證了本會十年發展里程。期間舉辦了豐富多采的節目，既提高了市民對運動的興趣，更培育出不少精英，為本港體壇作出貢獻。

作為地區體育的先河，我希望本會繼續秉持理念，推動本地體育的普及化、精英化和盛事化。



陳嘉輝 副主席

光陰似箭，日月如梭，轉眼間，加入元朗區體育會已有10載，今年可獲體育會頒發長期服務獎，實是與有榮焉。在過去一屆，體育會受到疫情影響，會館也要關閉多月，大大影響業務的運作，就連運動員基本的訓練及參賽也要叫停，現在疫情稍有緩和，運動員重新踏上球場，希望他們能迅速追回以前的水準，繼續為元朗區爭取好成績。



鄧作霖 副主席

不經不覺在體育會已工作十年，剛過去的一屆是最困難渡過，因疫情關係導致收入大減，所有計劃由於遇上變化複雜的環境而取消。新的一屆剛剛開始，希望能夠儘快回復正常，雨過天晴，體育會同事加油！



簡有山 副主席

自2015年本人加入元朗區體育會以來，見證每一位年輕運動員付出的努力和汗水，他們的成績印證了我們的成長與進步！

前年開始，香港經歷動亂和新冠肺炎影響，在會長、主席和全體董事會成員及各部門努力之下，不斷加強基層組織建設，本會成績定必繼續邁步前進！



梁明堅 副主席

從小開始接觸運動，熱愛運動，對加入體育會，有著無限憧憬；加入初期，先接觸壁球部門，期望發揮所長；而花式跳繩與其他運動不同，能帶給人一種獨特的喜悅與快樂，引人入勝，需要空間小，隨時隨地都能做簡單高效的帶氧運動。鍾情籃球及馬術的我，近年更致力籃球運動，藉著參與，除可認識教練、運動員及運動的專業，更可讓自己充滿朝氣。先後擔任3個部門的主任，今屆更當上了副主席，深感任重道遠，殷切期望能貢獻力量，將各項運動普及化，培訓青年球員，從而挑選有潛質的球手，孕育出更多優秀球員。



王威信 常務董事 MH

元朗成功衛冕新界區聯賽冠軍，並且兩度登上全港運動會五人足球賽冠軍寶座，成績令人鼓舞，足以證明元朗多年以來在地區足球培訓的成果。足球部將會繼續努力，在未來各項賽事全力以赴，為元朗爭取殊榮！

董事的感想及展望



曾樹和 常務董事

時光荏苒，歲月如梭，轉眼間加入元朗區體育會已有10年，今年十分榮幸獲得長期服務獎，我將再接再厲繼續為大家服務。

總結過去，展望未來，從我兼任網球部主任至今，在新界區際賽或全港運動會賽事中均取得驕人的成績，這些成績的背後離不開全體運動員辛勤的付出。雖然這兩年因疫情關係，運動員的日常訓練受到嚴重影響，但是我相信風雨過後總有彩虹，我們時刻保持一個健康的心態，希望大家齊心協力，同舟共濟。在今後的賽事中團結互助，以勝不驕，敗不餒的精神，創造更加輝煌的明天！



馮海風 常務董事

疫情下，我們許多活動都被迫停頓下來，但值得驕傲的是，我們在各種困難之中，成功舉辦了不一樣的元朗區體育節2020！使我們的體育節不至被迫間斷，也展現我們對體育的執著，所以無論如何，大家總要持續運動呀！



鄧達善 常務董事

加入元朗區體育會已有6年的時間，回想2015年除了擔任董事外，也兼任門球部主任，由2019年至今兼任排球部主任，在這6年期間，我看到運動員在球場上付出的努力而感到安慰，他/她們在賽事中發揮了團隊精神，不計成果，務求打好每一場比賽，希望他/她們繼續為本區爭取更好成績。



黃嘉賢 常務董事

加入體育會已踏入第五年了，過去兩年在體育會學習了很多，自從在上一屆擔任健身部主任後，除了監督健身室日常運作外，有幸獲得董事會推薦兼任健身室及餐飲工作小組召集人，以擴充本會的健身業務。這項工程意義重大，目的是為會員提供更創新健身服務，在籌備以至裝修期間令我獲益良多，吸納了不同的經驗，藉此要感謝小組成員付出的努力及支持。此外，亦有幸在上一屆獲推薦為元朗區體育節2020工作小組召集人，雖然在疫情之下，我們只能提供有限度的活動，但是我們堅持使用創新網上形式舉行元朗區體育節，反應熱烈，使我們與元朗區居民有更緊密的聯繫。期望體育會不斷創新，不斷嘗試，讓不同人士繼續參與體育運動。



郭時興 常務董事

在2019年開始出任體操部主任，當時面對最大的挑戰是重整制度以及教練替換，藉此也感謝體操部部門委員會各成員付出時間為這次變革花盡心思，令體操事業重整得更為條理。在過去一年，本人喜見體操班招生理想，學員更於今年的體操考核有出色的表現，令人十分鼓舞。期望體育會的體操事業在新的里程更上一層，培育更多精英為本區爭取佳績。



鄧再森 董事

轉眼間已經加入董事會兩年了，但因疫情，大家開會見面少了很多，但也沒有減退大家推動體育運動的熱誠！新一屆董事會又開始了，更加有幸地加入了健身及餐飲部和欖球部擔任副主任，我會全力以赴，做到最好！



馬淑燕 董事

今年加入體育會已踏入第三年，過去有賴各界和歷屆董事的支持及努力，發掘並培養多位有潛質的運動員。期望日後本會在不同渠道為運動員爭取更多資源，為他們提供更專業的訓練，提升本區運動員實力，讓本會各部門的運動健兒繼續為本區爭取佳績。



邱旭輝 董事

今年加入體育會已是第三個年頭，時間不算長，在過去日子裡，雖然受到疫情影響，體育會舉辦的活動比以往少，實際沒有機會出席體育活動，但期間出席不同會議，有見體育會在疫情下也不忘於推動體育活動，可見大家對體育的熱誠，期望體育會發展更進一步，為市民提供優質的服務。



林麗儀 董事

「元朗區體育會」—很久以前已聽過這個名稱，體育會不單止歷史悠久，原來還有很多輝煌史，除了推廣體育運動之外，更培訓運動健將，獲獎無數，不愧為地區體育會的先河。很榮幸能夠加入元朗區體育會這個大家庭，還肩負欖球部主任一職，翻閱體育會過往的欖球事跡，除了舉辦欖球比賽外，更持續舉辦精英培訓計劃，讓運動員有更多的資源參加各項賽事，成績也是名列前茅。期望本會的欖球代表隊能透過不同的資源配套，提昇球技，發揮所長，繼續為元朗區爭光。



林煒丹 董事

回想2011年，首次加入元朗區體育會擔任名譽會長，為體育會出一份綿力，至今已10年了，為了表達我對體育會的熱誠及支持，今屆很榮幸成為董事會成員的一份子，更兼任門球部主任，期望為運動員爭取訓練配套，從而爭取更好的成績。

本會簡歷

本會簡歷

「元朗區體育會」之成立，遠溯至一九五八年，由當時熱愛體育活動的地區人士發起，以提倡體育運動，促進地區友誼為宗旨。當時除聘得當任新界民政署長何禮文為贊助人，元朗理民官符禮修及鄉紳趙聿修太平紳士為顧問外，有曾森昭出任主席，梁棠、陳茂出任副主席，黃金業、趙玉全、蔡創業、梁少帆、李松、陳本信、鄭鎮滔、鄧鎮南等任籌備委員，一方面進行註冊，另一方面組織足球隊參加香港足球總會主辦之丙組聯賽，嶄露頭角，成績斐然，於一九六〇年晉升甲組，並於一九六二年獲甲組聯賽冠軍、一九六五年獲甲組特別銀牌亞軍、一九六六年獲甲組金禧盃賽亞軍、一九六八年獲甲組特別銀牌賽冠軍、一九六九年獲夏令盃賽冠軍；而在一九七九年，更擊敗甲組勁旅精工，獲得足總盃冠軍。此等光輝成就，大大引起鄉賢及社團賢達，對體育深感興趣及鼓舞。

一九六一年本會組成第一屆董事會，並於一九七一年註冊為有限公司，在歷任會長及歷屆主席之積極推動，努力規劃下，會務蒸蒸日上，會員日眾，聲譽日隆，在當時可說已成為香港組織健全之體育團體，元朗區體育會之組織，不但開創新界之先河，且在香港體壇上，亦擔當一重要角色。

「元朗區體育會」為一地區性之體育團體，對外代表元朗區參加各項體育活動之競賽，對內則負責推動地方之康樂體育活動及地區精英的培訓，例如主辦兩年一屆之「元朗區體育節」及各項由區議會贊助或康樂及文化事務署協辦之各項體育活動。而主辦區內一年一度之足球聯賽，亦是歷史悠久。此項足球比賽，不但提高地方人士對足球運動之興趣，更對培養後起之足球人材，功效尤大。此外如籃球、排球、羽毛球、乒乓球、門球、游泳及田徑等，亦每年組隊參加比賽，更舉辦盃賽，獲得獎項不計其數。同時更經常主辦青少年訓練班，藉此引導青少年在公餘時間，納入為有益身心的體育運動，更可藉此吸納新血，栽培人材，可謂一舉兩得。在過去數十年間，經本會培訓而出任學校代表、區代表、甚至港代表的運動員不計其數。



1968年甲組足球隊



鍾逸傑爵士頒發足總盃



首次奪得足總盃冠軍舉行花車巡遊

本會除致力提倡康樂體育活動外，對元朗區之其他社區活動，如清潔香港運動、撲滅罪行運動等，出錢出力，積極參與。在一九六五年倡建元朗運動場，即由本會當屆會長、主席及董事擔任籌建委員，在元朗理民府之領導下，展開籌募工作，結果籌得港幣三十萬六千多元，使初步填土奠基工程得以順利完成。其後由政府加建上蓋，而成今日之元朗大球場，本會之倡議及參與策劃之功，值得引以自豪。

本會自成立以來，一向租賃元朗大馬路二號A三樓為會所辦公，每感地方不敷應用，甚難發揮推動體育活動之效能。當屆主席黃松泉太平紳士遂於一九七三年發起籌建體育大樓，得到政府當局劃撥元朗運動場側地段七千平方呎作為建築會館之用。隨蒙鄉紳趙聿修太平紳士及張王少清女士各捐港幣五十萬元之外，又獲政府康樂體育委員會贊助，更有賴地區殷商、熱心人仕與海外華僑紛紛樂助，元朗區體育會館卒於一九七八年初落成啟用，為市民提供體育活動場地及設施，為運動發展奠定穩固的基石。館內設施齊備，有辦公室、餐廳、桑拿室、壁球室、健身室、舞蹈室、保齡球場、多用途禮堂、乒乓球室、柔道室及羽毛球場等。



昔日的元朗區體育舊會館

本會自一九九二年起，獲政府資助，舉辦每兩年一屆的元朗區體育節，除舉辦常規球類賽事外，更邀得國內外精英運動員來港表演及比賽，如體操、武術、韻律泳及籃球等，為市民提供多采多姿的體育節目。

為培育青少年健康成長，每年得到元朗區議會及民政事務總署之社區文藝體育資助，舉辦多項比賽及訓練，如體操、游泳、籃球、排球、足球、門球、手球、田徑、羽毛球、壁球、乒乓球、網球等，吸引大批體育愛好者參加。

數十年過去，鑑於會館設施漸漸不敷應用，經由鍾逸傑爵士大紫荊勳賢、黃松泉永遠會長與董事會詳細研究後，幸得香港賽馬會慈善信託基金撥款港幣八仟二佰萬元，重建大業正式於二〇〇八年中動工，由黃松泉永遠會長擔任重建委員會主席，並帶領額外籌得二千多萬元，經過三年的時間，新大樓於二〇一一年九月落成啟用，以新的體育大樓配合發展所需，為市民提供多元化的體育設備，培育更多人才踏上體育事業。



本會館各項設施

元朗區體育會賽馬會大樓，樓高6層，總樓面面積為7,156平方公尺。館內提供各項多元化設施，包括健身中心、綜合館、體操武術館、舞蹈室、活動室、多用途活動區、演講室、會議室、停車場，以及即將開幕的地下健身中心和咖啡室，是元朗區內一座多元化的綜合體育館。

地下

地下大堂、場務處及停車場



地下大堂



場務處

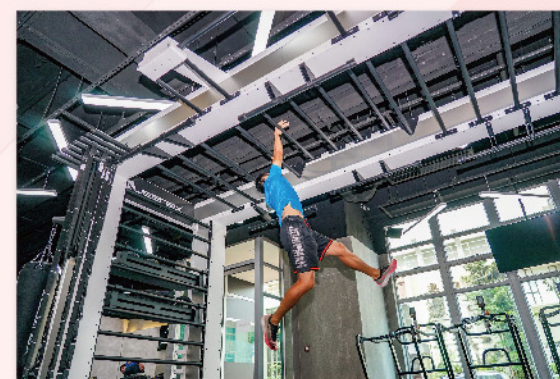


停車場

本會地下新改建的**健身室**佔地約為3,000尺，場區分設健身區及咖啡室區，健身場區備有落地大玻璃，透光度充足，場內主要以水泥板牆身配搭玻璃鏡面，鏡背附設LED燈帶打造滲光效果。健身區細分五大功能區域，包括有氧運動區、單車訓練區、重量訓練區及拉筋區，滿足對健身及運動量有不同需求的人仕。

「Queenax Functional Training System」

每區均備有大量嶄新且多功能的器材以迎合區內健身愛好者的需求，包括引入全元朗首個健身場地獨有的「Queenax Functional Training System」，整套Queenax訓練器材可讓使用者透過高強度間歇性健身訓練HIIT及TRX等鍛練核心肌肉，並將由本會專業駐場健身教練設計合適且具趣味性的訓練系統，配合現有的多功能訓練器材，改善學員身體平衡、協調性及肌耐力。同時，Queenax Functional Training可將現時外國極之流行的街頭健身帶入室內，適合小組訓練。



本會館各項設施

地下健身室器材推介

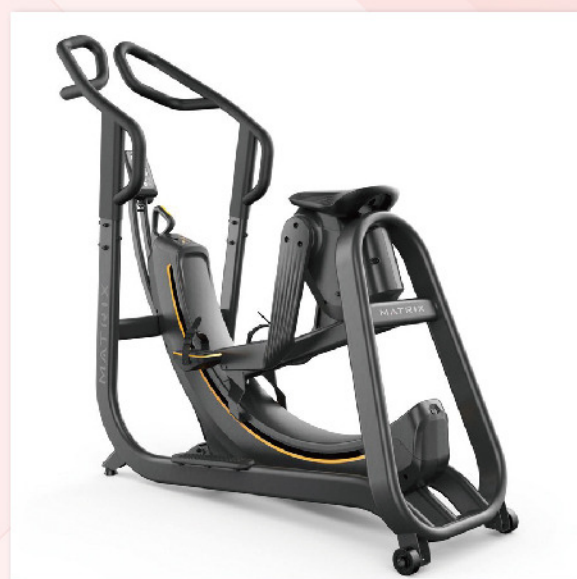


Versa系列健身器材

此品牌的好處是大部份器材均可鍛鍊多組肌肉群，達到不同訓練功能，同一時間能夠訓練兩組或以上肌肉，達致更高訓練效益，相信深受會員歡迎。

S-DRIVE POWER跑步機

S-DRIVE系列屬無需電源環保設計，與傳統跑步機分別在於使用者可利用自身速度控制跑帶，從而達到變速訓練效果。使用者可因應個人訓練模式及需求作出360度使用，例如倒後行、橫行等等。器材設有全方位安全帶，確保使用者在高速訓練時的安全度。



S-FORCE 運轉機

S-FORCE同樣屬於無電源環保設計，鍛鍊腿部及臀部幅度更大，如有需要時更可調較座位高低，成為單車機，一機兩用。



POWER PLATE

使用POWER PLATE進行加速訓練不但可快速改善血液循環，還有助加強肌肉力量和柔軟度、增加關節活動範圍、減少脂肪組織、提高骨質密度、減少疼痛和酸痛感以及加速身體恢復等。

單車機

本會引入多部GR7模擬公路健身單車，健身會員可下載相關應用程式，自行進行訓練，按自己合適的需求選擇速度、路程、阻力，以達至段練心肺功能，更適合一眾單車好手進行持續訓練。



拉筋區

場內附設人造草拉筋區，健身會員可於該位置進行熱身、拉筋、瑜伽運動等。

開放式咖啡室

地下健身室接待處旁邊設有開放式咖啡室，可容納約20至25人，場內備有電磁爐、蒸焗微波爐、冷凍雪藏櫃等，主打輕量食品，包括製作咖啡、三文治、意粉等，由本會自家處理所有食材及烹調，為會員提供日常簡單且具質素的餐飲配套。



本會館各項設施

一樓綜合館

一樓謝易初綜合館可作羽毛球、排球、籃球、手球、小型足球及閃避球訓練；場內亦設有210個觀眾席，可舉辦各類大型活動。



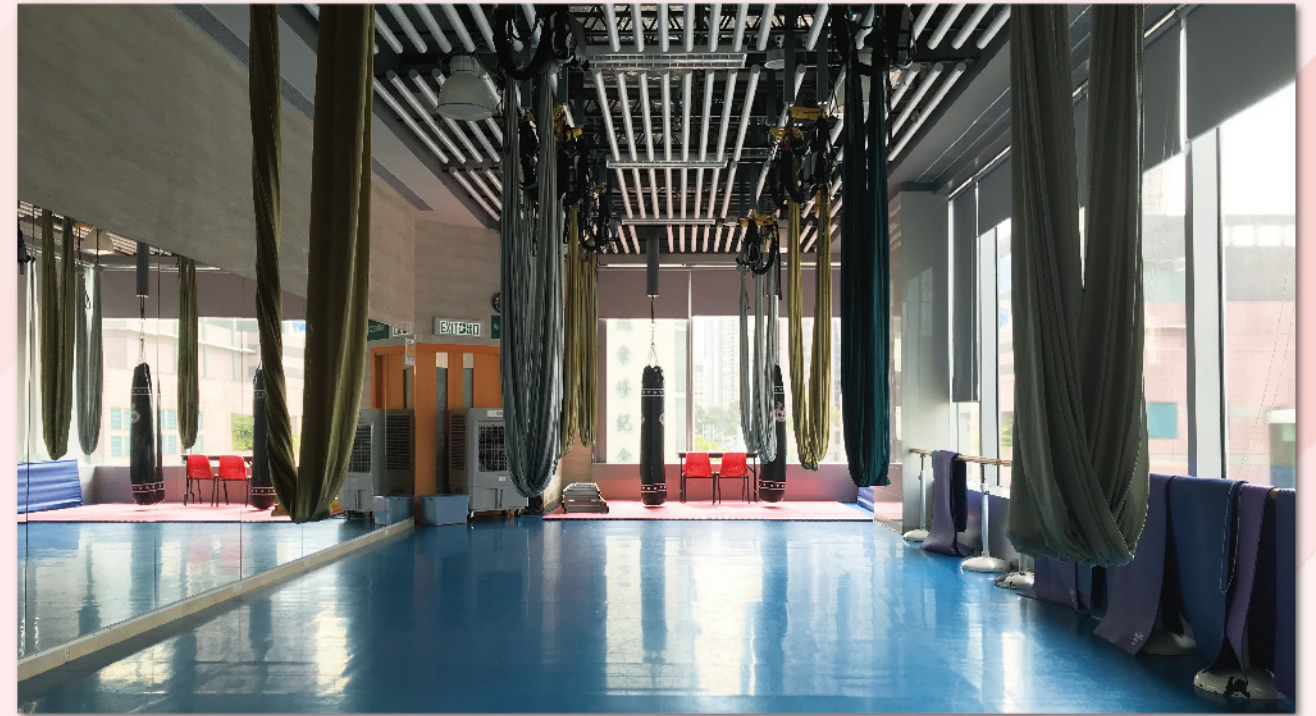
籃球場



羽毛球場

二樓多用途活動區及嘉賓廊

二樓多用途活動區可舉辦各類訓練班，如K-POP、泰拳、TRX、空中瑜伽、幼兒籃球、花式跳繩等。



多用途活動區



泰拳沙包區



嘉賓廊

本會館各項設施

三樓行政樓

三樓黃松泉行政樓設有會議室及演講室，內有投影機及音響設備，適合舉辦會議或講座。另外，特設多用途活動室供本會Playgroup班上課。



會議室



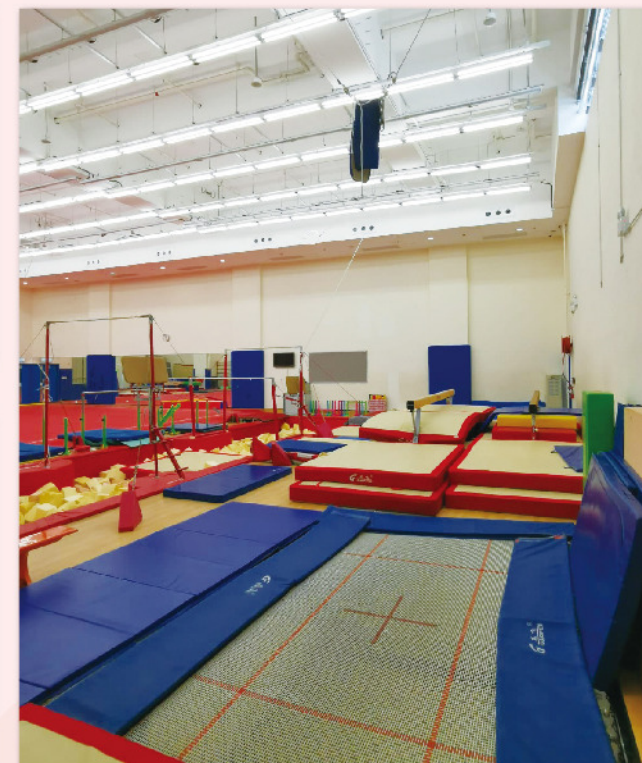
演講室



多用途活動室(Playgroup)

四樓體操武術樓

四樓成龍體操武術樓設有大地毯及多項體操器械，可作啦啦隊、藝術體操、競技體操、技巧體操、彈床、武術等訓練，另設有幼兒體操器械，此場地亦是全港第二大的體操武術館。



本會館各項設施

五樓舞蹈活動樓

五樓查氏名力舞蹈活動樓總共有三個活動室，其中的活動室主要為英國皇家芭蕾舞學院考試場地，每年均舉辦英國皇家舞蹈學院專業級考試。而其餘兩間活動室分別為1,400及1,900呎，可舉辦各類舞蹈、乒乓球、平衡車、花式跳繩、劍擊、太極、射箭、跆拳道、柔道、空手道等課程。



活動室1



活動室2



舞蹈室

六樓健身中心

六樓林偉培健身中心面積840平方公尺，設施齊全，設有六十多款健身器械，場內更附設桑拿及蒸氣浴室。



各體育部門介紹

田徑部

主任：鄧作霖副主席 顧問：鄧根來先生
區隊總教練：李紹良先生；區隊教練：翁玉滔先生、張俊樂先生

田徑部成立多年，在各方面的支持下，為本區青少年開設訓練班提供專業的田徑訓練，並從中挑選有潛質的運動員，成為本區代表隊隊員之一。本會每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區田徑運動大會」，讓運動員透過賽事發揮所長。本會持續舉辦「元朗區田徑及長跑代表隊訓練」，為本區田徑及長跑代表隊提供有系統的專業培訓，以提升本區田徑及長跑水平及備戰新界區際賽及全港運動會等。本會於歷年的新界區際田徑賽曾連續多屆囊括男女子團體冠軍成績。



羽毛球部

主任：袁蘭芳常務董事 副主任：黃嘉賢常務董事
區隊教練：潘炳存先生、劉榮坤先生

多年來，羽毛球一直受大眾歡迎，本會每年均與康樂及文化事務署合辦羽毛球賽事，必定會吸引一班羽毛球的愛好者去參加，報名反應熱烈。本會持續舉辦「元朗區羽毛球代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。不論區內或區外的羽毛球比賽活動，參賽者十分踴躍。而本會的羽毛球代表隊亦會積極參加不同比賽，在去年的「第二十四屆新界區際羽毛球聯賽」，本會獲得男子隊季軍及女子隊冠軍的成績。



籃球部

主任：梁明堅副主席 副主任：鄧添福董事
區隊教練：楊麗華女士、楊麗君女士、姜展明先生、劉建煌先生

本會每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區籃球公開賽」，參賽者非常踴躍，從比賽中發掘本區的精英份子，並加以訓練，提升本區的籃球隊的實力。除了吸引到本區人士參與比賽，亦吸引到很多非本區人士參與。由本會主辦 — 元朗區議會贊助之「元朗區3人籃球賽」已連續舉辦多年，每年均吸引區內外籃球愛好者參加比賽，人數多達370人，場面熱鬧，同時提升本區的青年籃球員培訓，提攜有潛力的籃球愛好者。而本會的籃球代表隊亦會積極參加不同比賽，例如由新界區體育總會主辦之「新界區際籃球聯賽」。另外，也積極參加更多全港性的籃球聯賽，希望給多些比賽經驗予本會的籃球隊員。本會持續舉辦「元朗區籃球代表隊訓練」，為本區籃球代表隊提供有系統的專業培訓，培養有興趣參與籃球運動的球員，將籃球在本區更普及化，以提升本區籃球水平及備戰新界區際聯賽，以及參與全港性的籃球賽。



舞蹈部

主任：黃禮森副主席 副主任：鄭光潤董事
區隊教練：陳慶璋先生

本會持續舉辦「元朗區體育舞蹈代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。

此外，本會亦與其他導師合作開辦不同的舞蹈興趣班，例如：芭蕾舞、標準舞、拉丁舞、健康舞、中國舞、K-POP及HIP HOP，讓熱愛舞蹈的人士能有多項的選擇。本會的芭蕾舞班小朋友年齡雖小，但仍然刻苦訓練，朝氣勃勃。在每年本會舉辦的英國皇家芭蕾舞學院考試中，學員都能取得理想成績。



足球部

主任：王威信常務董事MH 副主任：郭時興常務董事
區隊教練：蔡業輝先生

本會足球部歷史悠久，一直以來都全力支持元朗區的足球運動發展，為足球團體提供訓練方面的支援，冀吸引更多青少年參與足球運動，藉此鼓勵區內年青球員自強不息，力爭上游，為元朗區爭光。本會每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區足球比賽」，讓足球愛好者透過比賽發揮所長。此外，本會持續舉辦「元朗區五人足球代表隊訓練」，為本區足球代表隊提供有系統的訓練，以提升本區足球水平，以備戰各項賽事。在去年的第十九屆新界區際足球聯賽中，元朗區奪得冠軍佳績。



門球部

主任：林煒丹董事
區隊教練：李春華先生

門球玩法簡單，是一種體力消耗較少，但很有趣味的項目，適合較年長的運動員參加。但近年開始，門球不再是長者們的專利，愈來愈多年青人都參加這項運動，本會亦盡力推廣門球到不同年齡層。

自門球隊在1991年成立，隊員人數愈來愈多，他們年齡約60—80歲，每天早上七時便會到場地進行練習，風雨不改，從不間斷。本會門球隊踴躍參與本港各項賽事，為本會爭取佳績。本會每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區門球公開賽」，讓門球愛好者有參與賽事的機會。此外，本會持續舉辦「元朗區門球代表隊訓練」，為本區門球代表隊提供有系統的訓練，以提升本區門球水平，以備戰各項賽事。



體操部

主任：郭時興常務董事 副主任：馬淑燕董事
委員：鄧國邦先生 區隊教練：潘鏡雄先生

體操部屬下有體操隊和啦啦隊，很多隊員都曾代表本會參加公開比賽及表演，並屢屢獲得獎項和嘉許，加上本會擁有完備合規格的體操設施，因而吸引本區很多不同年齡的青少年參加本會的興趣班。本會持續舉辦「元朗區體操代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。另外，在「2020年全港競技體操公開及新秀比賽」中，本會派出的代表隊參隊獲得優越的成績。



手球部

主任：鄧耀琛董事
區隊教練：何頌邦先生、關詠豪先生

本區多年推廣手球運動，並持續舉辦「元朗區手球代表隊訓練」，為本區手球代表隊提供有系統的專業培訓，以提升本區手球水平，以備戰各項賽事。



各體育部門介紹

欖球部

主任：林麗儀董事 副主任：鄧再森董事、馬淑燕董事
區隊教練：鄧俊衍先生、莊承軒先生

欖球運動在香港漸趨普及，尤其是「香港國際欖球賽-香港站」，吸引到很多市民留意。由過往新界區體育總會主辦之「新界區際七人欖球錦標賽」，本會男、女子代表隊運動員均在比賽中取得佳績。此外，本會持續舉辦「元朗區欖球代表隊訓練」，為本區欖球代表隊提供專業訓練，提升運動員實力，為本區贏得更多獎項。



乒乓球及壁球部

主任：李良驥常務董事
區隊教練：符杰禧先生(乒乓球)、羅耀強先生(壁球)

本會持續舉辦「元朗區乒乓球代表隊訓練」，目的是為了培養更多青少年對乒乓球的興趣，積極參與各項賽事，從中挑選優秀的運動員參加每兩年舉行的新界區際乒乓球賽事，為元朗區爭取最好的成績。

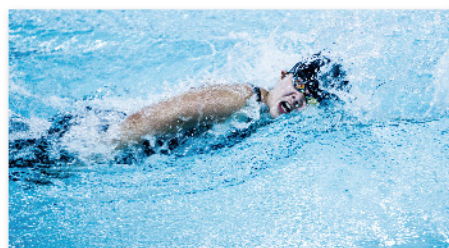
壁球運動在香港逐漸普及，本會持續舉辦「元朗區壁球代表隊訓練」，目的是發掘有潛質的運動員，以提升運動員的水平，每年更投放資源培訓青年球員。另外，本會每年均與康樂及文化事務署合辦乒乓球及壁球賽事，從而增加青少年對乒乓球及壁球的認識和興趣，為元朗的壁球運動員提供完善的訓練。



游泳部

主任：簡有山副主席
區隊教練：黃澤鋒先生

游泳運動在香港相當普及，不論男女老少都會參與這項運動。本年度將計劃舉辦「元朗區游泳代表隊訓練」，以提升本區游泳技術水平，並從中挑選優秀的運動員參加每年一度舉行的新界區際水運大會及新春冬泳錦標賽，為元朗區爭取最好的成績。另外本部門每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區水運大會」，反應十分踴躍，可見游泳項目在本區的參與度極高。



網球部

主任：曾樹和常務董事
區隊教練：張文浚先生

網球在元朗是一項相當普及的運動，本會培育了不少有潛質的運動員。每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區分齡網球比賽」，參加者十分踴躍。此外，本會持續舉辦「元朗區網球代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。



排球部

主任：鄧達善常務董事
區隊教練：馬家豪先生、王偉倫先生

本區參與排球項目的人數愈來愈多，本會每年均與康樂及文化事務署合辦「元朗區排球聯賽」，參加人數不斷上升，除了本區人士參與，亦吸引很多其他地區的隊伍參加。本會持續舉辦「元朗區排球代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。



花式跳繩部

主任：鄭嘉成董事
區隊教練：葉偉禎先生、黃玃庭先生

本部門每年均舉辦花式跳繩比賽及考取章別計劃，對象為元朗區中、小學學校。章別計劃分為金、銀、銅章，考核學員不同花式跳繩的技術。學員必須由銅章開始報考，以循序漸進式完成各章別階段，藉以提升學員對花式跳繩運動的興趣及培養有潛質的跳繩運動員，代表本會參與全港性賽事。本會持續舉辦「元朗區跳繩代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，參加全港不同類型的跳繩比賽，為元朗爭取最好的成績。本會全年開設花式跳繩興趣班，希望能從小培養青少年對花式跳繩運動之興趣。



武術部

主任：陳嘉輝副主席 副主任：鄧耀琛董事
區隊教練：黃惠貞女士(武術)、鄧有財先生(跆拳道)

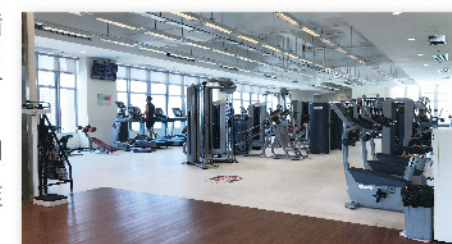
本會持續舉辦「元朗區武術代表隊訓練」及「元朗區跆拳道代表隊訓練」，讓代表隊成員能夠接受專業的訓練，為元朗爭取最好的成績。此外，亦從中挑選優秀的運動員參加每兩年一度舉行的太極比賽或新界區際跆拳道比賽。而本會武術學員亦代表本會參加不同項目的武術比賽及表演，如每兩年一次的元朗區體育節，本會邀請國內的運動員來港與本會武術學員做技術交流以及派出本會精英武術學員參與武術匯演。



健身及餐飲部

主任：黃嘉賢常務董事 副主任：鄧再森董事
健身教練：蔡德基先生、梁雲峰先生、蕭漢山先生、陳家倫先生、屈永樂先生、梁家榮先生、鄺雅媛小姐

本會擁有兩個健身場所：其中一個位於6樓，共840平方公尺，設備齊全，環境優美，吸引眾多元朗區市民來參加，場內更附設桑拿及蒸氣浴室，供市民享用。此外，本會健身中心亦有駐場健身教練，提供專業指導給各會員。而另一個位於地下的健身室及咖啡室亦即將開幕，提供嶄新帶氧運動、重量訓練、拉筋及單車器材，並將推出一系列健身課程予會員參加，推廣健體熱潮。



持續開辦各項訓練班

為推廣更多體育活動，帶來普及化及培育精英運動員，本會持續開辦各項訓練班為市民提供多元化的運動課程，包括：籃球、乒乓球、羽毛球、小型足球、小型網球、K-POP、芭蕾舞、標準舞、中國舞、健康舞、瑜珈、體操、彈網、花式跳繩、武術、太極、跆拳道、空手道、柔道、泰拳、射箭、劍擊、Playgroup、平衡車、游泳等。

籃球

課程主要教授籃球運、傳、射的個人基本技巧掌握和籃球比賽的基礎知識。學員在課程中能夠學習如何發揮團隊精神及互勵互勉之態度，從團隊中學習服從性及提高個人紀律，提昇個人自信心，勇於突破自我，並有助提升個人體格。青少年訓練班的精英學員，有機會被教練甄選加入元朗區代表隊培訓，更有機會代表元朗區參加新界區際賽及全港運動會。



乒乓球

持續開辦青少年、兒童乒乓球訓練班，並建立晉升階梯，目的為培育更多青少年及兒童對乒乓球的興趣，透過訓練過程挑選精英入選元朗區乒乓球代表隊，參加每兩年舉辦的新界區際賽事，進而代表元朗區參加全港運動會。



羽毛球

持續開辦羽毛球訓練班，目的為培育更多青少年及兒童對羽毛球的興趣，透過訓練過程挑選精英入選元朗區羽毛球代表隊，參加每兩年一屆的新界區際比賽。多年來，本會培育不少具潛質的羽毛球精英運動員，不論參與區內或公開羽毛球比賽，獲得不少獎項。



小型足球

本會與元朗足球會合辦的室內足球訓練，主要讓學員學習足球的個人基本技巧掌握及足球比賽的基礎知識，在活動中學習如何發揮團隊精神及互勵互勉之態度，從團隊中學習服從性及提高個人紀律，有助提升體格，提高個人的自信心，勇於突破自我，青少年訓練班學員優秀者，可被教練甄選加入元朗區代表隊培訓，有機會代表元朗區參加新界區際賽及全港運動會。



此外，本會亦與阿仙奴(香港)足球學校合辦訓練班，為區內營造別開生面的星級訓練計劃，由資深教練團隊執教，透過課程訓練，讓球員發揮自主性、創意和技術，希望球員能夠獲得全面的發展，除了踢出富想像力的足球外，在品格、體能、技術、社交等各方面都能兼顧。

小型網球

網球是一項專業和極具魅力的運動，為使網球更好廣泛地推廣及發展，讓其普及，本會開辦兒童網球培訓班，培養更多的網球愛好者。



K-POP

流行舞蹈是富有動感節拍的舞蹈，由導師精心挑選人氣的「韓風」流行曲，透過節奏強勁的音樂，帶領學員感受K-POP，了解韓式MTV的舞蹈特色，模仿充滿動感的跳躍舞步，從中加強手腳協調及想像力，讓每位學員都能成為Music MV的主角。本課程教授基本的舞蹈技巧，配合節奏感強勁的音樂，訓練學員的敏捷度，柔軟度及節奏感，令小朋友享受舞蹈的樂趣。



芭蕾舞

本會一直致力推廣芭蕾舞，培育芭蕾舞幼苗，讓小朋友增添自信，亦能幫助腦部、手腳大小肌肉協調，增強音樂節奏感，還能鍛鍊優美的姿態。本會採用R.A.D英國皇家舞蹈學院課程，導師教學經驗深厚，每年保送學員參加英國皇家芭蕾舞學院試都能考獲優異成績。本會芭蕾舞班學員曾多次出席大小型活動表演，獲得觀眾無數掌聲。



標準舞

本會標準舞課程乃因應學生個人能力及目標，因而安排多方面的發展元素，包括推廣體育舞蹈，讓更多人認識標準舞、提升區內的體育舞蹈水準；課程鼓勵學生為慈善團體表演、作為公益事務及保送學員定期參加專業考試接受評審，課程深受學員歡迎。



中國舞

學員可透過中國舞班學習中華文化精髓，展現當中美態，本會中國舞班內容教授北京舞蹈學院等級考試課程及香港舞蹈總會的考試課程，深受學員歡迎。



持續開辦各項訓練班

健康舞

健康操融和著舞蹈動作引進到各個領域，成為一種不錯的心血管循環運動方式，同時也避免了傳統運動碰撞間所帶來的各種問題。舞步要恰到好處，節奏除疾有致，動作太複雜，音樂節奏過快，會帶來運動的傷害，本班組會因應學員需求而安排合適的運動量。



瑜伽

瑜伽是少數能促進整體健康的運動之一，當中包括身體和心理兩方面，而且不會對身體造成任何傷害和引起併發症等。現今的瑜伽練習已經過瑜伽導師們整理成系統化、科學化並且規律的練習方式，有助我們有效的鍛鍊身、心、靈，進而獲得身、心的健康及靈性意識的增長和心靈的和諧。練習瑜伽的好處是促進血液循環、排毒、調節體重、增強心肺功能以及舒緩壓力。

另外一種瑜伽是普拉蒂瑜伽，是一種集合瑜伽、舞蹈、體操的一種身體訓練。利用一套動作去強化身體各部分，再融合瑜伽的調心、調息法，從而達至身心靈都健康和增強人體免疫力。



空中瑜伽

空中瑜伽課程能鍛鍊學員關節的靈活性、改善血液迴圈，沖刷堵塞的血管，迅速改善、脊柱周圍血液迴圈，對腰椎間盤突出，脊柱變形，頸椎、肩背酸痛等效果明顯，平均地強化全身肌肉、消耗更多熱量，及刺激內分泌、淋巴、消化和循環系統、釋放快樂激素以達減壓效果。



體操

本會自2020年開始重組體操班，並與前香港體操代表隊潘鏡雄總教練合作，教練以因材施教、循序漸進的原則作為指導方針及理念，目標令所有學員能夠發揮出個人最大的潛能，繼而進一步提升技術水平，增強自信心，令學員享受到體操的真正樂趣！此外，學員透過訓練有機會入選元朗區代表隊，代表本會參加不同賽事。



藝術體操

在藝術體操課程中，幼兒在教練悉心指導下以行、走、跳、跨等動作學習活動的基礎能力，並透過藝術體操器具(包括球、繩、圈、棒)的使用，以增強個人對器具控制的活動能力，表現出個人的藝術風格。



彈網

「彈網」運動一直深受小朋友歡迎，本會開辦彈網訓練班，讓學員在專業導師的安全指導下，在彈網上跳動而感受到一飛沖天的快感，課程中通過跪、坐、腹、背等各種不同類型的彈跳方式而造出美妙姿態的動作，享受跳躍樂趣！



花式跳繩

花式跳繩除了最普遍的雙腳跳、單腳跳及交叉繩等個人花式外，雙人花式、甚至組合花式亦千變萬化。跳繩是一種非常有效又有趣味的帶氧運動。透過訓練，參加者可提升手腳的協調性，亦能增進心肺功能、強健骨骼、促進新陳代謝、消耗熱能防止脂肪積聚等等，深受學員歡迎。此外，學員透過訓練有機會入選元朗區代表隊，代表本會參加不同賽事。



武術

歷史悠久，源遠流長的武術是中國的國粹。習武可強身健體，陶冶情操，本會自2000年起舉辦武術班，運動員透過訓練、比賽及表演，漸漸已培養一批武術精英、金牌運動員、香港青少年代表隊成員，更代表香港參賽獲取優異成績；學員更考取全港十級章別及中國武術協會武術段位證書。此外，學員透過訓練有機會入選元朗區代表隊，代表本會參加不同賽事。



太極

本會開辦多種太極項目，分別有楊式及吳式，太極拳是中國內家功夫，包含了陰陽學說，動靜虛實、柔中寓剛，拳法節節貫串，圓弧運轉。它的動作舒展大方，是通過意識指揮氣的進退，故有習拳時流汗而不喘氣的特點。練習太極有益於身體健康，既可加強心肺功能，亦能有效減輕關節痛楚，深受廣大中老年朋友的喜愛。本會推行的太極運動，課程內容包括太極基本功、楊式太極拳（二十四式、四十式、四十二式及八十五套路）、太極扇、太極劍等。另有陳式太極拳/扇/劍等，迎合不同年齡和不同需要的人士練習。



持續開辦各項訓練班

跆拳道

跆拳道項目能培養學員的正義，尚武道德精神，務使學習跆拳道的男女青少年德、智、體均得到全面的發展。本會全年開設青少年、兒童訓練班，目的為培育更多青少年兒童對跆拳道的興趣。跆拳道學員曾多次代表本會出席大小型活動表演，均非常受歡迎。此外，學員透過訓練有機會入選元朗區代表隊，代表本會參加不同賽事。



柔道

柔道並非人們想像的那樣只是借助蠻力來取得比賽的勝利。在柔道比賽中多的是「四兩撥千斤」的快樂，因此不管是比賽還是觀賽，最令人享受的應當就是其中用「巧力」戰勝對手的奇妙吧。學習柔道不單能強身健體，更能培養個人之品德、獨立思維，建立自信及應變能力，發揮精力善用、自他共榮的柔道精神。



空手道

透過拳道之修業，鍛鍊學員體能、毅力及意志；培養服從、紀律及修為，使學員身心得以啟發，以致赤誠勤勉，仁義禮善的志向，確立待人處世品德、觀念及責任心，從而成為社會上良好的一份子。

本會推廣兒童空手道班，藉著空手道訓練、教練心得及遊戲式體能等範疇，再按小朋友不同程度去提升他們自理能力及培養獨立性格，令他們在生活上做事井井有條，更具責任感；以及禮義之道，學會尊重他人，明白正確做人道理。



泰拳

課程目標在於教導學員有關泰拳的基本認識，身體四肢協調的運動。課程內容包括紮手、跳步、跳繩、出拳、踢腿及簡單攻防守組合等等訓練。



射箭

本會開辦射箭訓練班，目的為介紹及推廣射箭這項運動予青少年，培育更多傑出的青少年運動員參加各項區際以及埠際比賽。射箭初班主要教授對射箭的基本知識，簡單技巧，器材運用及安全守則等，期望學員在課程後繼續參與射箭這項奧運運動及推動體育發展。



劍擊

本會持續開辦劍擊課程，對象為5歲或以上。劍擊是一項講求手眼協調的運動，當中的戰術，千變萬化，極具觀賞性，亦是奧運重點項目之一。透過劍擊運動，除了有助刺激及提昇學員的身體平衡感、手、眼、腳部的協調性及反應外，亦能透過適量的體能鍛鍊，強化身體的敏捷度，有助腦部及心肺健康的發展。

課程將利用有趣形式，令學員更能了解及掌握劍擊運動，包括運動技巧及運動發展歷史等。



Playgroup

親子課程主要透過主題教學活動，讓孩子鍛鍊大小肌肉，學習群體活動，從而慢慢地建立社交能力，增強日常認知，自信心，體適能發展、專注力及記憶力訓練，同時讓學生學懂獨立、自律及團結精神，令學生快樂自信地成長。家長與孩子一同參與也可增進親子關係加深對自己小朋友的了解。



平衡車

本會平衡車課程分為初階班及進階班，對象為2歲起(身高78cm或以上)的小朋友。平衡單車有助幼兒發展平衡感，增強他們腿部肌肉以及肢體的協調，有利於日後的長遠發展。透過平衡單車課程，從小建立對單車的興趣，培養運動習慣，建立自信，發揮個人潛能！



游泳

本會游泳訓練班，授課形式是根據學員之年齡及進度作分組教學，教授游泳不同泳式，增加學員對游泳興趣。有潛質之學員，有機會被選為元朗區體育會代表隊成員，繼續參與訓練及代表本會參賽。



2019-2021年度獲得獎項 及活動相片花絮

新界區際賽事

第十七屆新界區際籃球聯賽
第八屆新界區際欖球錦標賽
第十八屆新界區際乒乓球聯賽
第六屆新界區際跆拳道比賽
第二十三屆新界區際羽毛球聯賽
第二十四屆新界區際羽毛球聯賽
第十九屆新界區際足球聯賽

元朗區獲得獎項

男子組冠軍；女子組冠軍
男子組盃賽冠軍；女子組盾賽冠軍
男子組冠軍
團體季軍
男子組殿軍、女子組冠軍
男子組季軍、女子組冠軍
冠軍

本地賽事

飛達5K系列賽2019-第一站

2019南區越野跑

2019香港越野錦標賽

香港男子青少年跆拳道比賽2019

第四屆雪峰盃羽毛球邀請賽2019

成績

男子公開I組(16-19歲)冠軍 - 何沙文
男子隊際A組(40歲以下)亞軍 -
何沙文、冼啟衡、蕭文舜、施健楠
14-17歲組 第二名 - 羅藹瑩
18-35歲組 第三名 - 郭凱怡
14-17歲組 第三名 - 曾家榮
14-17歲組 第四名 - 黃啟傑
18-35歲組 第一名 - 郭晉晞
18-35歲組 第二名 - 冼啟衡
團體冠軍
個人組季軍 - 何沙文
男子31-33公斤組 季軍 - 頌諾
盃賽殿軍



第十九屆新界區際足球聯賽-冠軍



足球友誼賽(元朗區體育會VS新界北總警區)



元朗區足球比賽2019



2019-2020年度「青年內地交流資助計劃」-「清遠盃」清港澳青少年足球-U15冠軍



第八屆新界區際欖球錦標賽



第二十四屆新界區際羽毛球聯賽



香港越野錦標賽2019-團體冠軍



第四屆雪峰盃羽毛球邀請賽2019-盃賽殿軍



元朗區門球公開賽2020

齊心抗疫送暖行動

新型冠狀病毒病於2019年在全球蔓延，引致全港衛生及防疫物資需求量急升，在日常生活中，口罩已成為市民的必需品。本會作為地區團體，也盡一點綿力，宣揚抗疫訊息。

此活動由本會董事及社區人士熱心贊助，以購買防疫用品免費派發給本會會員、教練、運動員、市民及社福機構，以回饋各位對本會的支持。



運動創傷治療講座



元朗區體育節2020花絮

為進一步推廣元朗區體育普及文化，本會自1992年起每兩年舉辦一屆「元朗區體育節」，此活動已成為元朗區不可或缺盛事。元朗區體育節是一個集合多樣體育活動節慶，目的主要是提供更多體育參與及交流機會，與國內外精英運動員切磋技藝，讓元朗區市民積極參與體育運動，從而提升元朗區體育水平及歸屬感，加強社區凝聚力。

今屆即使受疫情影響，本會亦堅持舉辦「元朗區體育節2020」，承傳推廣體育理念，傳承普及體育文化。本屆體育節改變過往模式，以網上形式舉辦三項活動，包括「直播運動教室」、「SPORTS FROM HOME」及「虛擬馬拉松」，希望市民於疫情下，能夠齊心抗疫，堅持運動！

直播運動教室



健美操



足球



疊杯

SPORTS FROM HOME



體適能示範片



跳繩示範片

虛擬馬拉松



我最喜愛的運動照片



我最喜愛的運動照片得獎者

參加者領獎



健康與你

運動的目的，是為了維持健康，想要達到健康，必需適當地做運動。健康與運動(體適能)兩者是息息相關的，缺一不可。為了擁有健康的體魄，除了均衡飲食和良好的生活習慣外，適量運動亦非常重要。

健康由這刻開始

對一向沒有運動習慣的人而言，目標不要訂立太高，應循序漸進，從輕鬆運動開始，既可避免肌肉受傷，又可讓身體慢慢適應調節。如患有心血管病、糖尿病等慢性疾病患者，在計劃運動前，最好先諮詢醫生意見。

運動的好處

- 消耗身體過多的熱量，幫助減肥或維持適當體重
- 增強心肺功能，促進血液循環
- 減低患上心臟病、高血壓及糖尿病等慢性疾病的機會
- 增強身體抵抗力，減低患病的機會
- 強壯骨骼，預防骨質疏鬆症
- 改善體型，肌肉更強健
- 幫助舒展筋骨，減少腰酸背痛
- 增加身體及關節的柔軟性，使人更靈活，減少受傷的機會
- 使睡眠更佳，身心得到充分的休息
- 令人更有活力、更精神及更醒目，提升學習及工作效率
- 幫助鬆弛神經，清除讀書或工作帶來的精神壓力
- 提升持久力，鍛鍊堅強意志，勇於面對挑戰
- 增加自信心，建立健康正面自我形象
- 提供與家人或朋友一起分享樂趣的機會，促進大家的感情
- 認識新朋友及建立群體活動學習團體精神
- 解悶、消磨時間
- 帶給你開心、積極、成功、刺激的感覺



運動安全守則

運動前須知

- 避免於太飽或太餓時做運動。不應空肚做運動，特別緊記要吃早餐，以免體力不支。游泳前不要喝過多飲料，以免因嘔吐而導致哽塞。
- 穿著舒適和厚薄適中的運動服。選擇合適尺碼、鞋面柔軟，鞋底防滑及防震功能的運動鞋。
- 帶備足夠的水以補充身體流失的水分。
- 注意天氣的轉變，以免著涼或中暑。
- 運動前，應進行五至十分鐘的熱身及伸展運動，以減低受傷的機會。
- 運動後，亦應作五至十分鐘緩和及伸展運動，使身體逐漸回復靜止的狀態。



運動注意事項

- 要瞭解自己的體質，選擇合適的運動，而且要量力而為，不要勉強做過分劇烈的運動。
- 如患有急性病徵，例如發燒或劇痛，就不要勉強做運動。
- 慢性病患者，如高血壓、糖尿病、心臟病、關節炎等，運動前應先向醫生或物理治療師查詢。
- 運動時，如有頭暈、氣喘、心驚、作嘔、作悶或痛楚增加等情況，應立即停止並及早求診。
- 參與較長時間的運動如遠足時，要不時補充水分及電解質，不要等到口渴才喝水。
- 運動時，要保持自然呼吸，不應閉氣。
- 運動期間要有適當的休息，以免運動過度。
- 建議每週最少做150分鐘中等強度的帶氧運動，及2-3次強化肌肉運動訓練。運動應持之以恆，才可達到理想的鍛煉效果。
- 與朋友一起運動，既增加樂趣，又可互相鼓勵和照顧。

體重控制

肥胖乃是體內脂肪過多的現象。一般而言，男性體內脂肪量約佔體重10-20%，女性為15-25%，若男性超過25%，女性超過30%，則可稱為肥胖。過瘦或過胖有機會引發多種疾病，我們必須要關注：

- 肥胖的預防重於治療。
- 理想體重控制計劃要包括運動、飲食和行為改變。
- 正處於發育階段的青少年，減肥時宜鼓勵多作運動，不要過於限制能量攝取，以免造成營養不良現象。
- 最佳運動方式為有氧運動，因可維持較長的運動時間，不會太激烈且可以消耗較多的能量。
- 快走、行樓梯、游泳、慢跑、球類運動等，都是體重控制的理想運動。
- 在運動初期由於肌肉質量增加，體重可能不會減輕，但脂肪量會減少，因此實施運動減肥必須有耐性。



元朗區體育會為慶祝第三十七屆董事會董事就職誌慶，編印特刊，以誌其盛。

荷蒙

民政事務局局長
徐英偉太平紳士

保安局局長
鄧炳強先生 PDSM

中央人民政府駐香港特別行政區聯絡辦公室新界工作部部長
李薊貽先生

全國政協委員、立法會議員、新界鄉議局主席
劉業強BBS, MH 太平紳士

香港警務處處長
蕭澤頤先生 PDSM

立法會議員(體育、演藝、文化及出版界)
馬逢國GBS, SBS 太平紳士

全國政協委員、立法會議員
梁志祥SBS, BBS, MH 太平紳士

民政事務總署署長
謝小華太平紳士

康樂及文化事務署署長
劉明光太平紳士

民政事務局體育專員
楊德強太平紳士

全國政協委員、香港體育學院董事局主席
林大輝博士 SBS 太平紳士

香港地區體育會聯會會長
霍啟剛太平紳士

香港警務處 元朗警區指揮官
何鎮宗總警司

本會永遠會長
黃松泉SBS, BBS 太平紳士

元朗民政事務專員、本會會長
胡天祐太平紳士

為特刊題辭或獻辭，仝人等深感鼓舞。

天水圍飛馬足球會

大埔體育會

中華電力有限公司

元朗各界協會

元朗商會

永明農場

自然發展物業管理有限公司

香港工商總會元朗分會

基達置業有限公司

廈村鄉鄉事委員會

八鄉鄉事委員會

晶明眼科視光保健中心

實運機械有限公司

薄荷葉泰國菜

元朗東莞同鄉會

元朗籃青籃球會

香港新界四邑同鄉會

佳聯冰鮮禽畜有限公司

荃灣區體育康樂聯會

新界社團聯會元朗地區委員會

髮盈

榮華食品製造業有限公司

大棠有機生態園

元朗大會堂管理委員會

元朗同胞慶祝香港回歸祖國
24 周年活動籌備委員會

元朗鮮肉聯合會有限公司

永隆金鋪

西北聯青社

香港潮州商會

陳嘉輝龍獅總會

屏山鄉鄉事委員會

新田鄉鄉事委員會

新界區體育總會

幕後人演藝製作有限公司

大新珠寶金行有限公司

元朗區文藝協進會

天華邨居民協會

北區體育會

松柏花藝廊

基地建設(香港)有限公司

葵青區體育會

離島區體育會

香港中華煤氣有限公司

小桃園海鮮酒家

元朗大會堂歷屆董事聯誼會

元朗區潮州同鄉會

民建聯元朗支部

寶豐隆有限公司

建造業機械技術訓練中心

香港駕駛學院

博愛醫院董事局

十八鄉鄉事委員會

錦田鄉事委員會

新界鄉議局

銘威地產集團有限公司

元朗一站通

元朗鮮魚行商會

新界居民協會

西貢區體育會

香港農業聯合會

新界社團首長聯誼會

誠旺投資有限公司

—— (排名不分先後)

今屆承蒙以上社團及機構惠刊致賀，高誼隆情，謹致謝忱。
編輯時間有限，容有錯漏，敬希諒察，祈請不吝賜教，以臻其善。

元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮籌備委員會

編印組主任：簡有山副主席

成員：蕭浪鳴常務董事MH、黃嘉賢常務董事、

馬淑燕董事、邱旭輝董事

謹啟



煮出真功夫

唯有明火成就大師級真味

名廚黃亞保



TGC

TGC極炎火嵌入式平面爐



明火 x 保師傅
宣傳短片



獨家
保師傅人物專訪

元朗區體育會第三十七屆 董事會董事就職典禮誌慶



大埔體育會

會長：陳巧敏太平紳士

副會長：王平雲先生、鄭俊平太平紳士、陳笑權MH太平紳士

主席：蔡錦光先生MH

副主席：何大偉先生MH、李兆明先生、溫官球先生、巫家雄先生

司庫：朱景玄SBS,BBS,MH太平紳士

秘書：李國英BBS,MH太平紳士

義務法律顧問：李國英BBS,MH太平紳士、孔令文先生

執行委員：

梁和平太平紳士、馬家強先生、林中光先生、孔令文先生、邱榮光太平紳士、
蔡鎮英先生、陳長有先生、王鈞譽先生、林奕權先生MH、曾家石先生

敬賀

地址：大埔安祥路2號 大埔體育會李福林體育館

網址：www.tpsa.org.hk 電話：2664 8661 傳真：2666 7910

大棠有機生態園 TAI TONG ORGANIC ECOPARK

2470 2201
2470 2255

全年開放 9AM-6PM
網址：WWW.TTLV.HK

自摘食有機士多啤梨



每年12月至4月

大棠自摘木瓜園



大棠有機粟米田



大棠自摘葡萄園



每年4月/9月/12月

大棠有機百香果林



本園產品

大棠自摘菠蘿園



有機芽菜



鮮冬菇

本園活動簡介



DIY手工藝



沙圈騎馬



兔子村樂園



羊咩咩王國



充氣大樂園



兒童遊戲車



大型滑草場



大棠營點

佔地逾八萬平方呎，設有超過100個露營位



小桃園海鮮酒家仝人 致意



地址：流浮山正大街廿八號

電話：2472 1153 傳真：2472 2207 手提：9469 5950

電郵：siutoyuen@hotmail.com

燃亮 社區未來

CLP 中電

120 years 同行望遠
of shared vision



元朗大會堂第三十九屆管理委員會

當然董事
吳力榮

馮壽如 鄧添福 張志光 劉文德 黃碧健 王寶卿 謝建茹 袁蘭芳 鄧坤盛 曾憲強 趙傑元 梁福星 文祿漢 王廣旋 黃偉輝 鄧少聲 王振光 林照棠 鄧兆權 陳火榮 駱振華 王少強 楊少初 永遠名譽會長

贊助人
羅致光

主席
鄧宗偉

副主席
文美桂 梁明堅 馮健忠 黃多年 黃就添 郭浩男

董事

馮彩玉 馬東成 李伯英 梁仕璞 鄧永昌 郭賀年 鄧月榮 蔡龍泉 趙錦輝 朱勵東 鄧國柱 譚國輝 鄧國輝 莊翠珊 黃翠珊 蔡錦泉 鄧天昇 鄧國芳 劉蕙珊 張紅珊

葉兆臻 黃榮如 鄧晉聰 龔文佳 陳文祺 彭卓立 張淦堯 蔡智偉 鄧靈鈞 王永英 陳律興 施駿興 黃凱然 鄧自斌 鄭積涼 李遠聲 鄧家豪 黃炳行 鄧文權

秘書
李盛白

青少年服務顧問
陳京達 鍾穎欣

義務法律顧問
黃東強 王威信 文嘉豪

義務司庫
馮彩玉

元朗大會堂歷屆董事聯誼會

第六屆架構名單 (2021年1月至2022年12月)

永遠名譽會長：趙傑子先生 邱王碧卿博士 張水安博士S.B. St. J
當屆名譽會長：王少強先生S.B. St. J 鄧坤盛先生 梁崑璞先生
當屆名譽副會長：張志光阮士 鄧廉光先生
主席：陳遠華BBS, JP
副主席：梁木林先生 朱惠芳女士 馮彩玉女士MH 蘇國恩先生
黃就添先生 馮壽如先生 關啟光先生 陳世通先生
鄧觀佑先生 鄭水維先生
康樂：蔡天文先生 林瑞華先生
公關：謝寶茹女士 梁明堅先生
司庫：鄺國輝先生
秘書：李伯英先生
委員：姜國富先生 童文浩先生 趙龍泉先生 鄧宗偉先生
曾樹和先生 黎兆偉先生 黃多年先生 李鳳嫻女士
劉德先生 文美桂先生 鄺錦光先生 戴詠新先生
鄭積偉先生 鄧自然先生
永遠會員：王威信 王廣漢 方洛偉 文偉昌 白浩泉 余仲良 余廣
李俊新 何瑞眉 沈豪傑 胡先禮 馬東成 袁漢華 袁蘭芳
郭允中 陳火光 陳振南 梁永強 許允甜 許培 黃文衛
黃志源 黃松泉 黃偉旋 黃廣寧 源群貞 蔡月榮 鄧兆棠
鄧國新 鄧添福 鄧賀年 鄧觀容 劉德平 鄭科 駱兆創
鍾就華 鞏建平 王國寶 鄧少輝 王振聲 李良驥 姜湛奇
劉就 張國偉 巫遠華 張紅珊 鄧晉如 龔文佳 王永英

元朗各界協會

永遠榮譽會長

梁志祥議員SBS,MH,JP 羅建平先生MH

會長

鄧偉明先生BBS,MH

榮譽會長

邱王碧卿博士

名譽會長

曾樹和先生

名譽顧問

吳坤成先生 莊漢禮先生 程振明議員 溫學忠先生
廖仲平先生 鄧賀年議員MH 鄧勵東議員

主席

李月民先生MH

首副主席

莊健成先生MH,JP

副主席

呂堅先生MH 邱慶平先生 趙秀嫻女士MH 黃元弟先生MH

秘書長

蕭浪鳴先生MH

財務

邱帶娣女士BBS,MH

總務

陳嘉輝先生

公關

袁漢華先生

康樂

姚國威先生MH

委員

李良驥先生 李煥結女士 林碧珠女士MH 林慧明女士
馬淑燕女士 徐君紹先生 陳幸運女士 陳建業先生BBS MH
陳惠清女士 陳樹生先生 馮彩玉女士MH 黃煒鈴女士
鄧夢珠女士 鄭月心女士BBS

元朗同胞慶祝香港回歸祖國24周年活動籌備委員會

執行委員會

榮譽主席：

文沛榮先生	文美桂議員	文貴旗先生
王少強先生	王振球先生	王錦麟醫生
林向通先生	林建亨先生	林偉培先生
林國強先生	林楚強先生	邱王碧卿博士
張志光院士	梁崑璞先生	莊金能先生
許偉容博士	郭晉昇先生	郭誌有先生
馮健忠先生	馮壽如先生	黃元弟先生MH
黃多年先生	黃達光先生	溫學忠先生
廖仲平先生	趙秀嫻女士MH	鄧志堅先生
鄧宗偉先生	鄧添福先生	黎志超先生
簡有山先生	譚秉智先生	釋道平大和尚

大會主席：李月民先生MH

執行主席：陳建業先生BBS, MH

執行副主席：姚國威先生MH 林碧珠女士MH

鄧瑞民議員 蕭浪鳴先生MH

王振球先生 林慧明女士

文美桂議員 黃煒鈴女士

張偉琛先生 鄧志堅先生

曾建科先生 陳嘉輝先生

秘書長：蕭浪鳴先生MH

財務：林碧珠女士MH



元朗區潮州同鄉會 第二十六屆董事會

永遠會長：黃松泉 SBS BBS JP
榮譽會長：陳偉南 BBS 陳振彬 GBM GBS JP 高永文 GBS JP
陳幼南博士 SBS MH 陳恆鎭 BBS JP
名譽會長：黃金城 郭興坤 莊漢禮 葉振華
許楚德 許潮源 林建亨 連忠輝
會長：蕭成財 MH 巴鎮洲 方文利 莊健成 MH JP
葉年光 余恩典 黃元弟 MH 彭少衍 MH
顧問：蔡會豐 郭南衡 連忠浩 徐名團 陳祥發
法律顧問：沈豪傑 BBS JP 楊秀蓮
主席：葉財興
副主席：蔡德理 洪勝業 林曉廷 林晉全
董事：
總務主任：詹慶輝 余常光
財務主任：陳新國博士 巴國強
福利主任：連忠偉 林永強
康樂主任：陳裕恩 江偉忠
交際主任：莊展銘 楊俊盛
稽核主任：石松生 方志榮
宣傳主任：黃嘉賢 許漢清 蕭俊謀
文教主任：吳為文 徐名軍 麥強茂
組織主任：邱成泰 葉烈輝 葉興龍



董事成員名錄

元朗商會第十七屆董事委員會
(二零一九年至二零二三年)

永遠會長：黃松泉 SBS BBS JP
名譽會長：戴 權 SBS JP 鄧兆棠 SBS JP 楊毓照 MH JP
當屆榮譽會長：鄭樹明 BBS JP 陳錦福 MH
榮譽會長：鄭 科 林照權 王少強 SBSt.J.BH 莊健成 MH 太平紳士
童文浩 鄧國新
當屆名譽顧問：文炳有 黃浩賢
義務法律顧問：車偉恒 黃東強 沈豪傑 議員 BBS 太平紳士 王威信 MH
會長：巴鎮洲
副會長：林偉培 蔡植生 梁永強 張志良 余恩典 彭少衍 MH
主席：郭興坤
副主席：方文利 戴耀華 BBS, MH JP 劉德平 陳建業 BBS MH
黃元弟 MH 廖仲平
義務中文秘書：李香霖
義務英文秘書：袁漢華
總務主任：陳文輝 蕭浪鳴 MH
財務主任：蔡會豐 徐名團
會計主任：梁悅珍 巫達華
教育主任：樊仕明 葉財興
福利主任：朱松明 廖文瑄
交際主任：陳祥發 梁明堅
康樂主任：麥樹輝 王振球
稽核主任：何文輝 郭南衡
調查主任：黃禮森 趙傑子
董事：沈豪傑 議員 BBS 太平紳士 張達良 黃明光 葉年光
莊漢禮 黃國興 梁木林 陳嘉輝
陳子瑛 葉文中 陳遠華 BBS JP 蔡建新
陳仕傑 鍾就華 蔡德理 文德榮

(本會於1938年創立，不隸屬任何商會或機構)

培育菁英 弘揚體育

元朗鮮肉聯合會有限公司
理事會

理事長
莫耀南

副理事長
曾潤華 鄧志強 黃漢榮

理事
趙社榜 黃興祥 鄧瑞生 蔡志仁
陳嘉慶 嚴天華 賴昔旁

致意

祝賀元朗區體育會
第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

會務興隆



立法會議員：梁志祥SBS,MH,JP 周浩鼎
主席：呂堅MH

副主席：馮彩玉MH 蕭浪鳴MH 黃煒鈴

委員及 社區主任	郭強MH 余仲良 徐君紹 司徒駿軒 湯德駿 蘇淵	薛昆寧 黃進昇 馬淑燕 李啟立 譚煒霖 賴玥均	鄭百榮 丘健和 莊展銘 梁業鵬 林偉明
-------------	---	--	---------------------------------

致意

元朗教育路43-49號快活樓二樓B室 電話：2474 9982 傳真：2477 7413 電郵：dabyl@dab.org.hk

受香港  漁農自然護理署監管 (農場編號: 1106)

祝 第37屆體育會董事會：

會務蒸蒸日上，百尺竿頭，更進一步！

永明農場

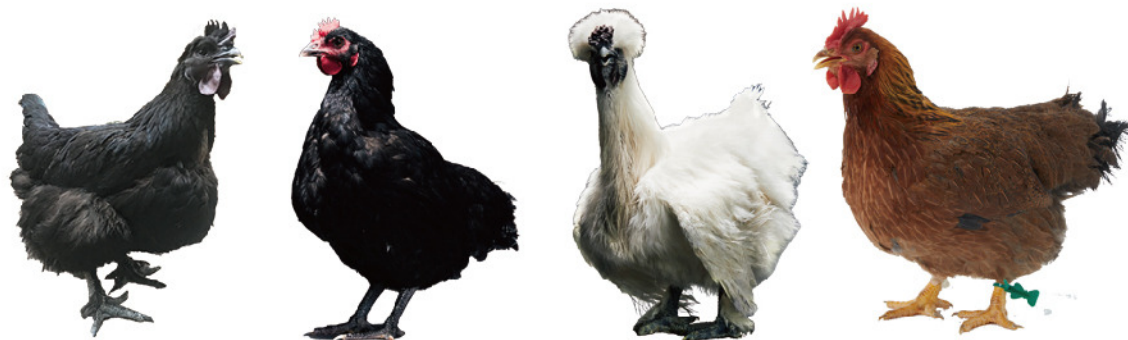
—YOU ARE WHAT YOU EAT—

致意

本地種雞，自設本地孵化房
香港雞種，雞味濃郁，猶如走地雞的肉質

自家繁殖 自家孵化

MADE IN HONG KONG



永明烏金雞 永明黑羽雞 永明竹絲雞 永明清遠雞



永明鮮雞有限公司

網站: www.wingmingfarm.com.hk

電郵地址: info@wingmingfarm.com.hk

聯絡電話: 96921378

96617606

永明農場

地址: 元朗新田新圍村351號



致意



永隆金鋪

寶豐隆有限公司

林偉培 林志鴻 林浩威

致意

地址: 香港新界元朗大馬路94號

電話: (852) 2476 2398

致意



群策群力 會務興隆

自然
發展物業管理有限公司

倉地・農地・租・售

鄧自然 手提：(852) 9035 8889

電話：(852)3489 7399 FAX：(852)3489 7200

地址：香港新界元朗八鄉橫台山河瀝背村2號

電郵：tangcheyin@yahoo.com.hk

匯賢聚志 同展宏圖



西北聯青社

名譽社友：鄧兆棠先生SBS, JP 梁志祥議員SBS, BBS, JP 文祿星先生MH

趙傑子先生 鄧坤盛先生 陳建業先生BBS, MH 張志光院士 馮壽如先生

陳義光先生 朱淑芬女士 任卓昇醫生 陳理佳醫生 甘嘉維醫生

吳佩霞女士 鄧鎔耀議員 梁崑璞先生 鄧宗偉先生 朱惠芳女士

社 長：趙志揚

前 社 長：葉皓裘 羅定明 李盛白BBS 陳少文 丁仁傑 蔡天文

副 社 長：李月民MH 葉維基 劉梓琛 林瑞華

司 庫：李子進

理 事：陳遠華BBS, JP 麥錦華 陳子瑛 曾佩文 鄧少輝

陸美琴 陳樂謙 張 桐 陳森榮 龔文佳 黃健誠

社 友：吳汝欽 伍美媚 許允甜 黃榮基 李祉彤 何國英 余慶佳 鄧國豐

黃敏兒 陳祖璇 陳海萍 趙志冲 陳冬怡 李道生 許文宏 蔡冠封

葉軍毅 溫振鵬 余家韻

致 意



建造業機械技術訓練中心

Construction Machinery Technical Training Centre

查詢電話：24772333

剷車



小型搬土機(貓仔)



貨車起重機



挖掘機



勞工處

認可專業訓練機構

技能
增值

元朗開心廣場後面
73號專線小巴
直達本中心門口



有關課程資料請致電 2477-2333 或
電郵至 training@cmttc.com.hk 查詢
中心網頁 http://www.cmttc.com.hk
中心地址：新界元朗崇山新村第136號

※本中心尚有其他各類型職業安全認可課程，不能盡錄，詳情請致電本中心查詢※



香港工商總會元朗分會 第十七屆執行委員會名錄

永遠榮譽會長：王少強先生 SBS, J.B.H. 宋偉澄先生 MH 邱慶平先生 黃達光先生

榮譽會長：梁志祥 SBS, MH, JP

首席會長：譚偉明先生

會長：趙傑子先生 杜玉鳳博士 廖仲平先生 溫學忠先生 黎啟張先生
張志光院士 余遠德先生 黃月英女士 羅有雄先生 鄧瑞民議員
胡普霖先生 李任基先生 羅孟慶先生 王進京先生 洪于洋女士
溫客興先生

主席：王振球先生

常務副主席：鄧觀送先生

副主席：鄧觀佑先生 韋永林先生 梁木林先生 黃洪光先生 陳滿華先生
陳祺欽先生 葉偉強先生

常務顧問：黃達光先生

會務顧問：宋偉澄先生 MH 鄭水維先生 邱王碧卿博士

秘書長：林玉萍女士

總務主任：李啟立先生

財務主任：陳雄漢先生

工貿主任：王國寶先生

文康主任：巢錄總女士

福利主任：伍盛昌先生

青年主任：張英葵女士

婦女主任：林曉波先生

稽核主任：許少卿女士

宣傳主任：鄧鈞德先生

公關主任：陳嘉輝先生

教育主任：陳麗絲女士

委員：許偉容博士

何兆康先生

蕭武軍先生

吳美珍女士 梁慧嫻女士 陳燕燕女士 楊浩強先生
林東文先生 黃健娣女士 楊金印先生 蔡文慧女士

榮譽顧問：邱帶娣女士 BBS, MH 呂堅先生 MH 蕭浪鳴先生 MH

張贊鴻先生 李文先生 鄧國新先生 鍾楊福先生 江杞先生

鄧世雄先生 袁漢華先生 鄧自然先生

法律顧問：劉偉楨律師 梁堅律師 黃東強律師 李均榮律師

沈豪傑律師 BBS, JP 黎偉林律師 駱德怡律師

會計顧問：余仲良會計師 李鎮邦會計師

醫事顧問：王裕民醫生 黃光明中醫師 鄧賓博士 殷錦新醫生

永遠名譽會長：張贊鴻先生 陳錦添先生 李玉明女士 鄭海泉先生

周錦田先生 陳如松先生 江杞先生 邱慶平先生

黃新權先生 林照權先生

永遠名譽副會長：陳火光先生 宋偉澄先生 MH

推廣體育 惠澤社群



香港潮州商會一百周年

香港潮州商會 全體仝人



經驗傳承 專業憑證

報名及查詢

2866 6682

www.hksm.com.hk

門市地址





基達置業有限公司
KEADER PROPERTIES LTD.

為您締造美好家園



香港新界元朗安樂路129-149號基達中心八樓
Tel : 2478 6272 Fax : 2449 3300 E-mail : keader@keader.com.hk

攜手合力
推動體育
共創佳績

陳嘉輝龍獅總會
致意



博愛
Pok Oi
有心·人
Friends
Pok Oi Friend Monthly Donation
每月捐款計劃

每日
Donate **\$3.30** a day
敬老贈醫 for Elderly and Patients
你的善款讓長者歡顏再現
Your donation gives the elder smile



捐款熱線
Donation Hotline:

2479 3300



www.pokoi.org.hk



PokOiHK

地址 元朗地區博愛醫院護理安老院大樓地下高座
Address: UG/F, POH Jockey Club Care & Attention Home Bldg., Au Tau, Yuen Long



「掃一掃
捐款支持
博愛醫院」

元朗六鄉

厦村鄉鄉事委員會

屏山鄉鄉事委員會

十八鄉鄉事委員會

八鄉鄉事委員會

新田鄉鄉事委員會

錦田鄉鄉事委員會

致意

晶明眼科視光保健中心

The Primary EyeCare Centre
Since 1998

預約及查詢電話：2476 8683

提供專業眼科視光檢查
及
控制近視服務

醫療券

Health Care Voucher

歡迎使用

- 視覺及屈光度數檢查
- 眼鏡及隱形眼鏡驗配
- 白內障及青光眼篩查
- 視網膜及黃斑區檢查
- 糖尿眼篩查
- 兒童弱視、雙眼協調檢查
- 斜視矯正訓練
- 色覺檢查
- 學童近視控制
- 角膜矯形隱形眼鏡驗配
- 海事處船牌驗眼報告簽發

總店：元朗大棠路11號光華廣場
4字樓401室至403室
電話：2477 8038

分店：元朗青山公路69號鋪
電話：2476 8683

新界區體育總會 2020-2022 年度架構

會 長：	民政事務總署署長謝小華太平紳士		
副 會 長：	康樂及文化事務署副署長李碧茜太平紳士		
	邱錦平先生 BBS, MH		
榮 譽 贊 助 人：	吳仕福博士 GBS 太平紳士		
名 譽 會 長：	吳仕福博士 GBS, JP	鍾偉平先生 SBS, MH	
	周玉堂先生 SBS, BBS, MH	何厚祥先生 SBS, BBS, MH	
	梁健文先生 BBS, MH, JP	沈豪傑先生 BBS, JP	
	蘇西智先生 SBS, MH	黃碧嬌女士 BBS, MH, JP	
	羅競成先生 BBS, MH, JP		
永 遠 副 會 長：	莊金寧博士 MH, O. St. J	陳盧燕冰女士 MH	鄭俊平太平紳士
永 遠 顧 問：	文炳南先生 MH	莫錦貴先生 BBS	王平雲先生
主 席：	麥顯坤先生 MH		
副 主 席：	林潔聲先生 MH	李圖明先生	
司 庫：	陳國添先生 BBS, MH		
秘 書：	鍾萬華先生		
執 行 委 員：	施 倫先生	張欽龍先生	朱德榮先生
	蔡錦光先生 MH	姜啟邦先生	鄭水維先生
	李兆明先生	關志華先生	黃敬全先生
	黃志坤先生 MH	廖錦昌先生	王賢訊先生 MH
	沈豪傑先生 BBS, JP		
官 方 委 員：	翟敏儀女士	趙秀珍女士	
義 務 法 律 顧 問：	李摩西律師	趙國榮律師	
義 務 核 數 師：	鄭鄭會計師事務所		
義 務 醫 事 顧 問：	劉業光醫生		

新界鄉議局

主席
劉業強

副主席
林偉強 莫錦貴

暨全體仝仁

致意

SETWIN

實運機械有限公司
Set Win Machinery Ltd.

元朗唐人新村青山公路實運汽車大廈
Set Win Automobile Plaza, Castle Peak Road, Tong Yan San Tsuen,
Yuen Long, Hong Kong
電話: (852) 2442 0011 傳真: (852) 2468 3800
電郵: info@setwingroup.com 網址: www.setwingroup.com

簡樹秋 · 簡浩秋 · 簡學麟 · 簡榮耀



我們投資龐大資金購買國際級機械設備，提供最具優質且安全服務，以高效能節省時間成本，同時獲得更安全的保障。

一條龍專業服務

吊機租賃
吊機買賣
重型運輸
工程繪圖
施工方案



實運的工程師團隊具備豐富經驗，計算各項工程細節，包括：吊運方案、運輸物流、現場環境評估、吊機擺位、組裝安排、物件負重等等。



實運積極跟業界交流，期望為香港建造業帶來更多動力和貢獻。



長沙灣深旺道
行人天橋吊運工程

南昌行人橋（第三及第五段）鋼構件組裝工程項目，實運以「一站式服務」提供施工方案、重型運輸和重型吊運完竣美滿。

組合式自行排置高度高，每組輪呔可獨立調較轉向、水平和高度，可應付彎道狹窄的環境。此外，配以自帶動力的組件，操作員以遙控方式操作自行排，能更精準和安全地應對難度十足的過程。

鋼構件於8米高樓底下組裝，並需移動至戶外地盤指定位置進行吊運，面對狹窄及限高的工作環境，實運採用 Goldhofer THP/ADC12 組合式自行排運送兩條分別長達 19.73 米（重 90 噸）及 34.6 米（重 100 噸）的行人橋鋼構件。

實運選用 Liebherr LTM150C-8.1 進行是次吊運工程，以安全且高效的表現，配合工程師精確的施工方案，各部份緊湊連接，整個工程順利完成，客戶亦感到非常滿意。



更多精彩工程影片
歡迎瀏覽

實運 YouTube 頻道
youtube.com/setwin



f SetWin.hk

setwin

setwincrane

(852) 2442 0011

@ info@setwingroup.com



幕後人演藝製作有限公司
SP Performing Arts Production Limited

林麗儀總理
鄧再森先生
致意



銘威地產集團有限公司

MING WAI ESTATES HOLDINGS LIMITED

地址：新界元朗洪水橋洪順路8號

TEL: 24730802

FAX: 24795629



業務範疇



祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

Mint

Thai house

SINCE 2007



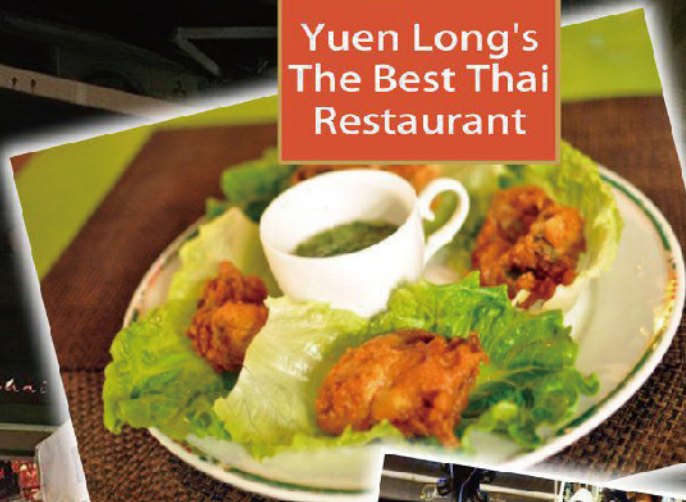
Available on the App Store

GET IT ON Google Play

f Mint Thai House

OpenRice

Yuen Long's
The Best Thai
Restaurant



SPECIAL EVENT

Call us at : (852) 2475 5872

Website : www.mintthaihouse.com



Shop 12-13, G/F,
Yee Hong Building On Hong Road,
Yuen Long

FARM
to
TABLE

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶



大新珠寶
TAI SUN JEWELLERY



大新珠寶金行 梁永強

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

元朗
一站通

EXIT

元朗一站式社區公關宣傳

A1

Facebook
Instagram
網頁



元朗一站通 Forever Yuen Long



元朗一站通 Forever Yuen Long



www.forever-yuenlong.com

歡迎各學校、團體、機構、餐廳、商戶提供宣傳資訊：
相片、文字、影片，免費於【元朗一站通】多媒體宣傳平台
發佈，讓全元朗都分享到你們的最新消息或商品優惠。

B1

我們也提供額外宣傳服務：

- 專屬網頁設計
- 橫額、海報或宣傳單張設計
- 手機 App 設計
- 短片拍攝或宣傳訪問
- 社交平台管理

歡迎以電郵或 Facebook Inbox 方式聯絡，提供宣傳資料，
或告訴我們閣下的需要，我們將盡快盡力協助解決問題。

hello@forever-yuenlong.com

多媒體
免費
宣傳平台

致意

致意

蒸蒸日上

元朗東莞同鄉會

致意

致意



第二十七屆名譽會長及執行委員

會長：胡天祐先生JP
副會長：吳力榮先生 徐淑美女士 陳碧卿女士
永遠名譽會長：戴權先生SBS JP 鄧兆棠醫生SBS JP 鄧英喜先生JP 楊毓照校長MH JP 李榮基先生 吳汝欽校長 文富福先生BBS 林照權先生
名譽會長：鄧英業先生 鄭錦祥先生 戴耀華先生BBS MH JP 光明書局 郭興坤先生 林偉培先生 沈慶旺先生 周大川先生
王廣漢先生 王少強先生BH 王振聲博士MH 文達成先生 方志雄先生 何君堯議員JP 何志偉先生 何韋廷先生 何淑玲女士
余蘭菁女士 吳師雲女士 李軍樑先生 李淑嫻女士 李錫瑜先生 林長堅先生 林添福先生 林琮美校長 林德熙先生
邱國森先生 胡永祥教授MH 徐日華先生 袁漢華先生 張偉賢先生 張淦堯先生 梁明堅先生 梁榮光先生 莊展銘先生
郭浩男先生 陳祺先生 陳建業先生BBS MH 陳琮林先生 陳遠華先生BBS JP 彭卓立先生 彭敬威先生 曾樹和先生
曾錦秋先生 程振明議員 馮敏婷女士 馮壽如先生 黃力行先生 黃敏賢女士 黃菁荳女士 黃禮森先生 廖鳳香校長
蔡植生先生 鄧國邦先生 鄧賀年議員MH 鄧勵東議員 鄧艷嫦校長 蕭浪鳴先生MH 謝寶茹女士 譚偉明先生 照權發展有限公司
主席：曾憲強先生MH
副主席：伍德基校長 林碧珠校長MH 黃律中先生 袁蘭芳女士 馮瑞德校長 馮壽如先生 譚偉明先生 蕭月珍校長
秘書主任：葉婉珊校長
司庫主任：宋慧儀校長
總務主任：陳滿林校長
組主任：陳遠華先生BBS JP 黃穎東校長 曾樹和先生 羅澄波校長 陳碧英女士 袁毓嫻女士 潘詠儀校長 李惠芳校長 丘志良校長 杜家慶校長 邢毅校長 林景堂校長 戴洪芳校長 沈敏玲校長
執行委員：陳國寧校長 何志偉先生 譚燕南校長 何澤仁校長 林佩珍女士 謝仕泉校長 蔡文娟校長 蕭連英校長 陳志雄校長
增選委員：鄭振發校長 陳志維校長 黃文潔女士 吳容輝校長 彭敬威先生 馮敏婷女士 陳祺先生

致意

會務興隆

元朗鮮魚行商會
黃禮森理事長
暨全體全人

致意

致意

會務興隆

元朗籃青籃球會

會長 主席
戴耀華BBS,MH,JP 沈豪傑議員BBS,JP

暨全體全人
致意

致意

同心協力 推動體育

新界居民協會
天華邨居民協會
香港新界四邑同鄉會

地址：元朗天水圍天華邨華逸樓地下C翼2號 電話：2253 6566 傳真：2656 4685

致意

北區體育會

董事局主席 執委會主席
廖錦昌 廸倫

暨全體仝人
致意

致意

西貢區體育會第二十六屆架構名單

星級首席榮譽會長：孫啓烈先生 BBS,太平紳士	會長：劉偉健
首席榮譽會長：李沛良先生	副會長：邱全 石堅華
永遠榮譽會長：吳仕福先生 GBS 太平紳士	執行委員會主席：麥顯坤
榮譽贊助人：李亞嬌女士	副主席：朱立強 張天送 鍾萬華 劉偉章 張溢良 陳權軍
名譽會長：馬慶豐先生 BBS,MH 關永樂先生	義務秘書：賴金喜
李志強先生	義務司庫：陳潤華
名譽顧問：王水生先生 張士勝先生 劉玉靈先生	總務：麥燦
劉建光先生 陳繼洪先生	委員：駱水生 朱克強 李福康 鄺宇坤 何木蘭 馬義實
義務法律顧問：黃志明律師	蔣超偉 李敬忠 徐偉雄
義務會計師：滙達會計師事務所有限公司	
醫務顧問：蔣超偉醫師	各部門主任：足球組-麥燦 田徑組-陳潤華 檯球組-何偉庭
會務顧問：康樂及文化事務署西貢區康樂事務經理	女子足球組-林小英 籃球組-余東興 跆拳道組-余志淳
鄭國權先生	乒乓球組-邵潤珠 太極組-蔣超偉 羽毛球組-鄭志豐
駱水生先生 MH	龍舟組-吳軒宏 游泳組-郭嘉妮 獨木舟組-吳軒宏
	青少年足球組-鄺宇坤 箭藝組-徐偉雄 排球組-黃金勝
	攝影組-鍾萬華 網球組-周木盛

致意



佳聯冰鮮禽畜有限公司

經營業務
冰鮮豬、鷄、鵝、鴨、乳鴿
美味鬍鬚雞、清遠土麻雞
零售批發

郭時興
致意

香港元朗德業街6-14號寶威大廈3樓8室
電話：(852) 2482-5116 9781-1570
傳真：(852) 2672-9880
電子郵箱：bestunionco1994@yahoo.com.hk

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

松栢
花藝廊

各式花籃、花束
結婚花球、襟花

葉鄧玉珍

 90852410

 松栢花藝廊

電話：24770082 工場：24773869 傳真：24731188
新界元朗安寧路5號安榮樓地下C3
(大榮華酒樓對面)

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

會務興隆
香港農業聯合會
致意

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

荃灣區體育康樂聯會

主席
朱德榮

副主席
王賢訊、李智鋒、傅振光

暨全體全人
致意

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

祝願元朗區體育會
體育事業屢創佳績



基地建設(香港)有限公司
KI DA Construction (Hong Kong) Co.,LTD.

致意

致意



新界社團首長聯誼會有限公司

榮譽贊助人：高永文醫生 GBS 太平紳士
名譽會長：黃松泉 SBS BBS 太平紳士 梁志祥立法會議員 SBS MH 太平紳士 何俊賢立法會議員 BBS 太平紳士
陳遠華 BBS 太平紳士 楊毓照 MH 太平紳士 吳日章 太平紳士 陳凱欣女士
法律顧問：王威信律師 MH 鄭宗漢律師
義務醫事顧問：鄧兆棠醫生 SBS 太平紳士 王錦麟醫生 梁偉宣醫生 何仲平醫生
榮譽會長：杜玉鳳 王錦麟醫生
首席會長：王少強
會長：趙傑子 黃禮森 陳建業 BBS MH 鄧觀佑 鄧坤盛 蔡植生 馮壽如 黃就添 趙龍泉 陳錦添
副會長：黃英就 溫永堅 周月雄 劉德 梁秀峯 許偉容
主席：童文浩
副主席：鄧世雄 李盛白 BBS 蕭潔貞 譚瑛桃 譚龍因 廖萍玲 陳財興 鄧宗偉 陳嘉輝 鄧國邦 羅文雅 黃敏賢
總務主任：陳體根
康樂主任：譚瑛桃(兼)
財務主任：蕭潔貞(兼)
會員拓展主任：黃文康
福利主任：鄧晉昇
公關主任：鄧鈞德
文教主任：李盛白BBS(兼)
稽核主任：姜國富

致意

新界社團聯會 元朗地區委員會

主席：趙秀嫻 副主席：蕭浪鳴 徐君紹 張偉琛 陳幸運

新界社團聯會元朗區屬會名錄

香港農牧職工會	元朗洪水橋各界協會	天水圍關社娘子軍	屏山柔道會
香港新界四邑同鄉會	元朗捷青柔道會	香港朗屏青年協會	鳳翔社區關注協會
元朗區婦女會	錦田八鄉大江埔潮僑孟蘭會	香港朗屏婦女會	嘉湖居民服務協會
元朗攸潭美村居民互助會	香港國際琴棋書畫總會	天水圍天鷹武術會	喜樂曲藝協會
新界蠔業水產聯合會	后海灣蠔業養殖協會	元朗青年聯會	天和體育會
新界元朗區坊眾互助會	元朗區關注大廈管理協會	曉峯太極拳會	悅恩居民服務聯會
元朗鮮肉聯合會	天水圍居民服務協會	朗天知友社	天恩邨街坊聯會
香港新界地產代理商聯會	天水圍之友社	朗伶聚舞坊	粵港水產科技養殖協會
朗聯體育會	增城同鄉聯誼會	米埔村高行居民協會	朗屏導引養生功會
新界居民協會	錦田乒乓球會	長者天地	摯友共聚舞蹈坊
元朗社區服務聯會	新界的士營運協會	天水圍兒童成長關注社	友晴協進會
優質肉雞發展促進會	元朗市社區民生關注協會	天龍足球會	情天之友
天水圍婦聯	香港名望柔道會	香港陳嘉輝龍獅團	育成協進會
朗屏居民協會	天水圍長者服務聯會	鳳琴柔道會	天水圍體育會
元朗農業生產促進會	中國香港東方武術健身會	香港養豬業發展協會	卡文星星社
新界順德聯誼會	元朗屏山區居民協會	千顆愛心敬老會	天耀之友
香港豬會	孝通太極研究社	慈祐服務社	香港薪火社團總會

排名不分先後

致意

健體興邦

葵青區體育會

致意

致意

服務社群

誠旺投資有限公司
利發地產代理有限公司

致意

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

Claudi **O' Hair**

☎ 6677 8367

元朗錦繡花園E座商場地下11號舖
星期一休息 歡迎預約

髮友及盈

致意

祝賀
元朗區體育會第三十七屆董事會董事就職典禮誌慶

推廣體育 不遺餘力

離島區體育會

會長 周玉堂SBS MH、余漢坤 MH JP

主席 林潔聲MH

暨仝人 敬賀

致意

榮華

香港 **榮華月餅**

HONG KONG WING WAH MOONCAKE

首創 白蓮蓉月餅 風行全世界

英國、荷蘭、法國、德國、比利時、瑞典、葡萄牙、意大利、
丹麥、美國、加拿大、澳洲、紐西蘭、新加坡、中國各省.....等
各大城市唐人街超級市場有售

中國各省各大百貨公司
超級市場有售



中華人民共和國
國家工商行政管理局
商標註冊証

PRC600301
深受肯定

【曾獲中國全國月餅
技術比賽最高獎《特別金獎》】



HACCP ISO 22000
管理體系認證 食品安全管理認證



香港榮華集團四十多間門市部遍佈香港各區

香港榮華食品廠 元朗榮華餅家 大榮華園村菜(灣仔店) 元朗大榮華酒樓
香港元朗榮華中心5字樓 香港元朗大馬路86號 香港灣仔史釗域道1號 香港元朗安寧道2號
九龍榮華餅家 九龍灣大榮華園村菜
香港九龍旺角彌敦道662號1樓 香港九龍灣宏開道8號其士商業中心1樓2號舖
電話: (852)2477 9831 傳真: (852)2477 9821

香港榮華集團拓展中國市場品牌蜚聲國際

榮華餅家(廣州門市部) 東莞榮華餅家有限公司
天山糖煙酒食品商店 廣東省東莞市石碣鎮石碣村
廣州市荔灣區十八甫北20號 電話: 0769-6633692
電話: 020-81849248 傳真: 0769-6637594
榮華餅家(石龍門市部)
東莞市石龍鎮綠化路19號 電話: 0769-6601737

www.wingwah.com

6 基斯

22 法比奧

7 孫銘謙



天水圍飛馬 × RedMR 攜手

全力支持 本地足球
扎根元朗 齊心奮鬥

  TSWPegasusFC

 pegasusfc.com.hk

特別鳴謝 香港學界體育聯會元朗區中學分會、香港學界體育聯會元朗區小學分會

室冰芳萬

士林台灣麵