



編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non-Member	導師 Instructor	編號 Code
曲棍球 Hockey											
H1	入門訓練	6	15,22/9 & 6,13,20,27/10	六 Sat	9:30-11:00	45	3-12歲	\$280	\$300	香港曲棍球總會 註冊教練	H1
H2	青少年及成人班	6	15,22/9 & 6,13,20,27/10		9:30-11:00	45	12歲或以上	\$280	\$300		H2
羽毛球 Badminton											
BA2	青少年及成人班	3	3,10,17/9	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$300	\$320	王俊迪	BA2
BA3		2	4,18/9	二 Tue	11:00-13:00			\$150	\$170		余自明
BA4		3	14,21,28/9	五 Fri	11:00-13:00			\$225	\$245	許寶田	
BA7		4	6,13,20,27/9	四 Thu	18:00-19:30			\$300	\$320		BA7
BA10	技術改良班	4	6,13,20,27/9		19:30-21:30		13歲或以上	\$400	\$420		BA10
羽毛球種籽計劃											
BAS01A	入門訓練	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	12:00-13:00	28	5-18歲	\$450	\$470	香港羽毛球 總會註冊教練	BAS01A
BAS02A	初級訓練	5	1,8,15,22,29/9		13:00-15:00		9-18歲	\$600	\$620		BAS02A
BAS03A	中級訓練	5	1,8,15,22,29/9		10:00-12:00		12歲以上	\$650	\$670		BAS03A
BAS01B	入門訓練	5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$450	\$470		BAS01B
BAS01C		5	2,9,16,23,30/9		09:00-10:00	21	5-18歲	\$450	\$470		BAS01C
BAS02B		初級訓練	5		2,9,16,23,30/9	11:00-13:00	28	9-18歲	\$600		\$620
BAS02C	中級訓練	5	2,9,16,23,30/9		13:00-15:00	18	9-18歲	\$600	\$620	BAS02C	
網球 Tennis											
T1	青少年技術改良班	8	5,12,19,26/9 & 3,10,24,31/10	三 Wed	17:00-19:00	16	導師指定學員	\$1,280	\$1,300	香港網球總會 註冊教練	T1
T2		8	7,14,21,28/9 & 5,12,19,26/10	五 Fri	17:00-19:00	8	9-18歲	\$1,280	\$1,300		T2
T3	青少年班	8	5,12,19,26/9 & 3,10,24,31/10	三 Wed	17:00-19:00	8	6-18歲	\$1,280	\$1,300		T3
T8		5	8/9 & 6,13,20,27/10	六 Sat	18:00-20:00	8		\$800	\$820		T8
T5	兒童小型網球	7	3,10,17/9 & 8,15,22,29/10	一 Mon	16:30-18:00	16	6-9歲	\$840	\$860		T5
T9		7	3,10,17/9 & 8,15,22,29/10		18:00-19:30	16		\$840	\$860		T9
T11	幼兒小小網球	8	5,12,19,26/9 & 3,10,24,31/10	三 Wed	14:00-15:00	8	3-6歲	\$960	\$980	T11	
T12		8	5,12,19,26/9 & 3,10,24,31/10		15:00-16:00	8		\$960	\$980	T12	
T15	成人班	8	4,11,18/9 & 2,9,16,23,30/10	二 Tue	20:00-22:00	8	18歲以上	\$1,920	\$1,940	T15	
T16		8	6,13,20,27/9 & 4,11,18,25/20	四 Thu	09:00-11:00	8		\$1,920	\$1,940	T16	
T6	輕觸網球	7	3,10,17/9 & 8,15,22,29/10	一 Mon	19:30-21:30	16		\$1,120	\$1,140	T6	
籃球 Basketball											
R1	兒童及青少年班	4	5,12,19,26/9	三 Wed	17:00-19:00	20	9-15歲	\$440	\$460	香港籃球總會 註冊教練	R1
R2		4	7,14,21,28/9	五 Fri	17:00-19:00			\$440	\$460		R2
R3	先導班	3	3,10,17/9	一 Mon	17:00-18:00		6-9歲	\$330	\$350		R3
R4	成人班	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	20:00-22:00		16或以上	\$550	\$570		R4
足球 Football											
FB3	上午班	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	09:00-10:30	40	4-12歲	\$500	\$520	香港足球總會 註冊教練	FB3
FB1	下午班	5	1,8,15,22,29/9		17:00-18:30		4-12歲	\$500	\$520		FB1
欖球 Rugby											
RB1	兒童班	5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	15:30-17:00	30	4-7歲	\$400	\$420	香港欖球總會 註冊教練	RB1
RB2		5	2,9,16,23,30/9				8-11歲	\$400	\$420		RB2
RB3	青少年班	3	4,11,18/9	二 Tue	20:00-21:30	30	12-14歲	\$240	\$260		RB3
RB4		3	4,11,18/9				15-17歲	\$240	\$260		RB4
乒乓球 Table-Tennis											
TT1	入門班	3	4,11,18/9	二 Tue	16:30-18:30	16	5-17歲	\$540	\$560	中國香港 乒乓學校 導師	TT1
TT2		4	6,13,20,27/9	四 Thu	17:00-19:00	16		\$720	\$740		TT2
TT8		4	7,14,21,28/9	五 Fri	16:30-18:30	16		\$720	\$740		TT8
TT10		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	17:30-19:30	16		\$900	\$920		TT10

\* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

\* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code				
器械健體 Fitness Exercise															
F1		7	4,7,11,14,18,21,28/9	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$210	\$230	宋國文	F1				
F2		7	4,6,11,13,18,20,27/9	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$210	\$230		F2				
F3		5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	10:30-11:30			\$200	\$220	郝靜英	F3				
F11		8	3,6,10,13,17,20,24,27/9	一及四 Mon&Thu	9:00-10:30			\$120	\$140	本會健身導師	F11				
F12		8	3,6,10,13,17,20,24,27/9		10:30-12:00			\$120	\$140		F12				
F13		7	4,7,11,14,18,21,28/9	二及五 Tue&Fri	9:00-10:30			\$105	\$125		F13				
F14		7	4,7,11,14,18,21,28/9		10:30-12:00			\$105	\$125		F14				
F15		9	1,5,8,12,15,19,22,26,29/9	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30			\$135	\$155		F15				
F16		9	1,5,8,12,15,19,22,26,29/9		10:30-12:00			\$135	\$155		F16				
健體社 月費計劃(隨時報名)：男會員\$300/月；女會員\$220/月。非會員可由健體社會員介紹並陪同入場。每次優惠\$40(男)或\$30(女)。 開放時間：星期一至六1:30 - 9:30pm；星期日及公眾假期9:00 - 1:00pm；參加資格：16歲或以上															

## 劍擊 Fencing

FC3	入門訓練 (歐洲膠劍班)	3	3,10,17/9	— Mon	15:30-16:30	10	3-5歲	\$540	\$560	UNIQUE FENCING 導師	FC3
FC4		3	3,10,17/9		16:30-17:30	10	6歲或以上	\$540	\$560		FC4

## 跆拳道 Taekwondo

TK1	兒童班	4	7,14,21,28/9	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$190	\$210		TK1
TK2	成人班	4	7,14,21,28/9		20:30-22:00		14歲或以上	\$190	\$210		TK2
TK3	跆拳道班	5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	15:00-16:30		6歲或以上	\$190	\$210		香港跆拳道 正道館教練

## 空手道 Karatedo

KO1	兒童班	5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	11:00-12:30	25	4-10歲	\$360	\$380	IKO剛柔流導師	KO1
KO2	親子班	5	2,9,16,23,30/9		13:00-14:30		4-60歲	\$360	\$380		KO2

## 健身氣功 Health Qigong

QG5	健身氣功	8	5,7,12,14,19,21,26,28/9	三及五 Wed & Fri	08:30-10:00	25	12歲或以上	\$400	\$420	中國香港健身氣功總 會導師	QG5
QG6		8	4,7,11,14,18,21,27/9 & 2/10	二及五 Tue & Fri	20:00-21:30	25	12歲或以上	\$400	\$420		QG6

#參加者必須成為中國香港健身氣功總會會員；會費每年\$100元

## 太極拳 Tai Chi

TC1	太極拳班	3	7,14,21/9	五 Fri	10:00-11:30	25	12歲或以上	\$270	\$290	馮美英	TC1
TC2	太極扇班	2	13,20/9	四 Thu	10:30-12:00		12歲或以上	\$180	\$200		TC2

## 詠春 Wing Chun

W1	成人詠春班	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	20:00-21:30	30	16歲或以上	\$625	\$645	詠春梁錦棠 國術中心	W1
W2	兒童詠春班	5	1,8,15,22,29/9		11:30-13:00		30	6-15歲	\$625		\$645

## 花式跳繩 Rope Skipping

RS1	花式跳繩班	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	16:00-17:30	20	10歲或以上	\$600	\$620	中國香港跳繩 體育聯會教練	RS1
RS2		5	1,8,15,22,29/9		15:00-16:00		20	4-9歲	\$400		\$420

## 柔力球 Roliball

RO1	入門班	8	4,6,11,13,18,20,27/9 & 2/10	二及四 Tue & Thu	10:00-11:30	30	12歲以上	\$780	\$800	亞洲柔力球聯合會導 師	RO1
-----	-----	---	-----------------------------	------------------	-------------	----	-------	-------	-------	----------------	-----

## 飛鏢 Darts

DT1	初班	6	3,7,10,14,17,20/9	一及五 Mon&Fri	17:00-18:00	20	9歲或以上	\$480	\$500	香港飛鏢聯合總會	DT1
-----	----	---	-------------------	----------------	-------------	----	-------	-------	-------	----------	-----

## 平衡車 Balance Bike

BLC1	幼兒班	4	3,10,17,24/9	— Mon	14:30-15:30	10	2-5歲	\$880	\$900	大埔平衡車會導師	BLC1
BLC2		3	4,11,18/9	— Tue	14:30-15:30			\$660	\$680		BLC2
BLC3		4	6,13,20,27/9	— Wed	14:30-15:30			\$880	\$900		BLC3
BLC5		4	7,14,21,28/9	— Fri	14:30-15:30			\$880	\$900		BLC5


## 足毬 Shuttlecock

SHC1	初階班	3	4,11,18/9	— Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$225	\$245	翱昇體育會	SHC1	
SHC2		3	4,11,18/9	— Tue	21:00-22:00			24	\$225		\$245	SHC2
SHC5		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	09:00-10:00			24	\$375		\$395	SHC5

\* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準。此章程只作參考之用。

\* 請於報名前參閱訓練班注意事項。




編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code	
體操 Gymnastics *												
G1	幼兒初班	3	4,11,18/9	二 Tue	15:00-16:30	25	 3-5歲	\$450	\$470	Smartie Sport Company	G1	
G2		4	6,13,20,27/9	四 Thu	15:00-16:30			\$600	\$620		G2	
G3		4	6,13,20,27/9	五 Fri	14:00-15:30			\$600	\$620		G3	
G8		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	15:00-16:30			\$750	\$770		G8	
G4		5	1,8,15,22,29/9		09:00-10:30			\$750	\$770		G4	
G5	兒童初班	3	4,11,18/9	二 Tue	16:30-18:00		\$450	\$470	\$450		\$470	G5
G6		4	6,13,20,27/9	五 Fri	15:30-17:00		\$600	\$620	\$600		\$620	G6
G7		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	10:30-12:00		\$750	\$770	\$750		\$770	G7
G10	兒童中班	4	6,13,20,27/9	四 Thu	16:30-18:00		\$600	\$620	\$600		\$620	G10
G11		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	16:30-18:00		\$750	\$770	\$750		\$770	G11
* 導師將會從訓練班挑選學員進入本會精英訓練班 (另有訓練時間)												

## 藝術體操 Rhythmic Gymnastics

AG2	入門訓練	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	18:00-20:00	18	5歲或以上	\$1,100	\$1,120	Smartie Sport Company	AG2
-----	------	---	----------------	----------	-------------	----	-------	---------	---------	-----------------------	-----

## 彈網 Trampoline

E1	兒童彈網班	3	4,11,18/9	二 Tue	17:00-18:30	18	5歲或以上 	\$450	\$470	Smartie Sport Company	E1
E2		3	4,11,18/9		18:30-20:00			\$450	\$470		E2
E3		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	09:00-10:30			\$750	\$770		E3
E4		5	1,8,15,22,29/9		10:30-12:00			\$750	\$770		E4
E5		5	1,8,15,22,29/9		15:00-16:30			\$750	\$770		E5
E6		5	1,8,15,22,29/9		16:30-18:00			\$750	\$770		E6

## 精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	3	4,11,18/9	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$540	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6	精英彈網	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat				\$900	---		TPSA 6

\* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

\* 請於報名前參閱訓練班注意事項。

訓練班 Course

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code
瑜伽 Yoga											
Y5	瑜伽 Yoga	4	3,10,17,24/9	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$220	\$240	李玉芳	Y5
Y6		4	3,10,17,24/9		09:00-10:30			\$260	\$280		Y6
Y14		4	3,10,17,24/9		10:30-12:00			\$260	\$280	蔡月蘭	Y14
Y11		3	3,10,17/9		18:30-20:00			\$225	\$245		Y11
Y9		3	3,10,17/9	20:00-21:30	\$225	\$245		Y9			
Y4		3	4,11,18/9	二 Tue	08:00-09:00	\$165		\$185	洪梅	Y4	
Y19		3	4,11,18/9		09:00-10:30	\$210		\$230		Y19	
Y17		3	4,11,18/9		10:30-12:00	\$210		\$230		Y17	
Y1		8	5,7,12,14,19,21,26,28/9	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	\$400		\$420	歐陽麗娟	Y1	
Y2		8	5,7,12,14,19,21,26,28/9		09:00-10:30	\$480		\$500		Y2	
Y12		8	5,7,12,14,19,21,26,28/9		10:30-12:00	\$560		\$580	洪梅	Y12	
Y10		7	5,7,12,14,21,26,28/9		14:00-15:30	\$420		\$440		李玉芳	Y10
Y7		4	5,12,19,26/9	三 Wed	18:30-20:00	\$300		\$320	蔡月蘭	Y7	
Y8		4	5,12,19,26/9		20:00-21:30	\$300		\$320		Y8	
Y20		4	6,13,20,27/9	四 Thu	09:00-10:30	\$280		\$300	洪梅	Y20	
Y21		4	6,13,20,27/9		10:30-12:00	\$280		\$300		Y21	
Y13		4	7,14,21,28/9	五 Fri	19:30-21:00	\$300		\$320	蔡月蘭	Y13	
Y15		5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	14:00-15:30	\$400		\$420	洪梅	Y15	
Y18	5	1,8,15,22,29/9	15:30-17:00		\$400	\$420	Y18				

Y10瑜伽班如需要報讀逢星期三或星期五之課堂，每堂學費為\$75元，費用視乎該月份之堂數，不接納單堂報讀。

普拉提 Pilates

PY3	基礎初班	3	4,11,18/9	二 Tue	19:30-21:30	35	12歲以上	\$360	\$380	李夏妹	PY3
-----	------	---	-----------	----------	-------------	----	-------	-------	-------	-----	-----

伸展運動 Stretching Exercises

SE1	肌筋膜放鬆班	3	4,11,18/9	二 Tue	19:00-20:00	25	12歲以上	\$240	\$260	周慧蓮	SE1
SE2		4	3,10,17,24/9	一 Mon	14:30-15:30			\$320	\$340		SE2
SE3		3	4,11,18/9	二 Tue	14:30-15:30			\$240	\$260		SE3
SE4	伸展健體初班	3	4,11,18/9	二 Tue	09:00-10:30	25	12歲以上	\$240	\$260	陳麗媚	SE4
SE5		4	6,13,20,27/9	四 Thu	08:00-09:30			\$320	\$340		SE5

游泳 Swimming

STP3	初班	9	8,15,22,29/9 & 6,13,20,27/10 & 3/11	六 Sat	12:30-13:30	18	3歲或以上	\$1,125	\$1,145	史丹福游泳學校導師	STP3
STP4		9	8,15,22,29/9 & 6,13,20,27/10 & 3/11		14:30-15:30			\$1,125	\$1,145		STP4
STP5		9	8,15,22,29/9 & 6,13,20,27/10 & 3/11		16:30-17:30			\$1,125	\$1,145		STP5
STP6		9	8,15,22,29/9 & 6,13,20,27/10 & 3/11		17:30-18:30			\$1,125	\$1,145		STP6
STP7		9	9,16,23,30/9 & 7,14,21,28/10 & 4/11	日 Sun	08:30-09:30			\$1,125	\$1,145		STP7
STP8		9	9,16,23,30/9 & 7,14,21,28/10 & 4/11		12:30-13:30			\$1,125	\$1,145		STP8
STP1		9	9,16,23,30/9 & 7,14,21,28/10 & 4/11		14:30-15:30			\$1,125	\$1,145		STP1
STP2		9	9,16,23,30/9 & 7,14,21,28/10 & 4/11		15:30-16:30			\$1,125	\$1,145		STP2
STP9		9	9,16,23,30/9 & 7,14,21,28/10 & 4/11		16:30-17:30			\$1,125	\$1,145		STP9

有關颱風或暴雨訊號懸掛時的注意事項，請參閱大埔體育會游泳訓練計劃海報之內容

田徑訓練 Track And Field

TR1	長跑訓練班	8	6,13,20,27/9 & 4,11,18,25/10	四 Thu	19:00-21:00	15	12歲或以上	\$660	\$680	梁偉儀	TR1
TR2		9	1,8,15,22,29/9 & 6,13,20,27/10	六 Sat	17:00-19:00	15	12歲或以上	\$730	\$750		TR2

\* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

\* 請於報名前參閱訓練班注意事項。

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code
------------	----------------	--------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	--------------	-------------------	------------------	------------

### 中國舞 Chinese Dance

C8	Grade 9	4	8,15,22,29/9	六 Sat	08:30-10:00	30	13歲或以上	\$500	\$520	李凝姿	C8
C4	Grade 5	4	8,15,22,29/9		10:00-11:30		8歲或以上	\$460	\$480		C4
C6	Grade 7	4	8,15,22,29/9		11:30-13:00		10歲或以上	\$500	\$520		C6
C3	Grade 4	4	8,15,22,29/9		13:00-14:00		7歲或以上	\$460	\$480		C3
C2	Grade 3	4	8,15,22,29/9		14:00-15:00		6歲或以上	\$420	\$440		C2
C9	Grade 11	4	9,16,20,30/9	日 Sun	09:00-10:30		14歲或以上	\$500	\$520		C9

### 拉丁舞 Latin Dance

L1	初班	4	7,14,21,28/9	五 Fri	18:00-20:00	20	4-10歲	\$400	\$420	飛躍舞蹈學院導師	L1
L2		5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	12:00-14:00			\$500	\$520		L2
L4		3	4,11,18/9	二 Tue	17:00-18:30			\$240	\$260		L4
L5		4	6,13,20,27/9	四 Thu	17:00-18:30			\$320	\$340		L5

### 兒童爵士舞 Junior Jazz Dance

S2	Jazz Level 2	5	1,8,15,22,29/9	六 Sat	10:00-11:00	16	3-5.5歲	\$500	\$520	羅逸雅舞蹈學校導師	S2
S4	Jazz Level 1	5	2,9,16,23,30/9	日 Sun	09:00-10:00		5.5-9歲	\$500	\$520		S4
S5	Jazz Level 2	5	2,9,16,23,30/9		10:00-11:00		3-5.5歲	\$500	\$520		S5

### 排舞 Line Dance

MD1	初班	4	3,10,17,24/9	一 Mon	09:30-11:00	20	12歲或以上	\$280	\$300	香港排舞運動總會導師	MD1
MD2		4	5,12,19,26/9	三 Wed	09:30-11:00			\$280	\$300		MD2
MD3		3	3,10,17/9	一 Mon	19:30-21:00			\$210	\$230		MD3
MD4		4	5,12,19,26/9	三 Wed	19:30-21:00			\$280	\$300		MD4

### 標準舞 Standard Dance

SD1	女子體育舞蹈班 (Rumba 倫巴)	4	3,10,17,24/9	一 Mon	11:00-12:30	30	16歲或以上女士	\$540	\$560	精舞門標準舞蹈中心導師	SD1
SD2	女子健康舞班 (帶氧運動)	3	4,11,18/9	二 Tue	11:00-12:30	30	16歲或以上女士	\$405	\$425		SD2
SD3	兒童拉丁舞考試班A	4	5,12,19,26/9	三 Wed	16:00-17:00	16	5-8歲	\$520	\$540		SD3
SD4	兒童拉丁舞考試班B	4	5,12,19,26/9		17:00-18:30	16	9-12歲	\$680	\$700		SD4
SD5	體育舞蹈初班A	4	5,12,19,26/9		19:30-21:00	30	16歲或以上	\$700	\$720		SD5

### 排排舞 Line Dance

P1	中班	3	4,11,18/9	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$180	\$200	何雪華	P1
P2	初班	4	6,13,20,27/9	四 Thu	11:00-12:30			\$240	\$260		P2
P3		4	3,10,17,24/9	一 Mon	11:00-12:30			\$240	\$260		P3

凡未滿額之排排舞班，均歡迎有興趣人士即場繳費參加。每次收費\$90。

### 健體舞 Aerobic Dance

A10	初班	4	3,10,17,24/9	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$160	\$180	何雪華	A10
A2		4	3,10,17,24/9		10:00-11:00			\$160	\$180		A2
A14		7	4,6,11,13,18,20,27/9	二及四 Tue&Thu	09:00-10:00			\$280	\$300		A14
A1		7	4,6,11,13,18,20,27/9		10:00-11:00			\$280	\$300		A1
A4		4	6,13,20,27/9	四 Thu	18:30-19:30			\$160	\$180		A4
A5		4	6,13,20,27/9		19:30-20:30			\$160	\$180		A5

凡未滿額之健體舞班，均歡迎有興趣人士即場繳費參加。每次收費\$60

### 集體舞 Group Dance

D1	綜合集體舞	4	5,12,19,26/9	三 Wed	10:00-12:00	30	12歲或以上	\$280	\$300	鄧潔滙	D1
D5		3	14,21,28/9	五 Fri	10:00-12:00			\$210	\$230		D5

凡未滿額之綜合集體舞班，均歡迎有興趣人士即場繳費參加。每次收費\$105

D5 綜合集體舞須具備基本舞蹈基礎，詳情請向詢問處查詢。

\* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

\* 請於報名前參閱訓練班注意事項。





編號 Code	活動名稱 Course	時間 Time	星期 Day	會員 Member	非會員 Non Member	名額 Quota	資格 Age	導師 Instructor
芭蕾舞 Ballet								
B2	Beginners	16:15-17:00	Tue (二)	\$540	\$560	25	Age 3 or above	毛妹芭蕾舞學校導師
B3		09:00-09:45	Sat (六)					
B4		16:15-17:00						
B5		#10:30-11:15	Sun (日)					
B6	Pre-primary	16:15-17:00	Tue (二)	\$570(1星期1堂) \$1,070(1星期2堂)	\$590(1星期1堂) \$1,090(1星期2堂)	35	Age 5 or above	
		09:45-10:30	Sat (六)					
		#11:15-12:00	Sun (日)					
B7	Primary	17:00-18:00	Tue (二)	\$600(1星期1堂) \$1,100(1星期2堂)	\$620(1星期1堂) \$1,120(1星期2堂)	35	Age 6 or above	
		16:30-17:30	Fri (五)					
		10:30-11:30	Sat (六)					
		15:30-16:15	Sat (六)					
		#12:00-13:00	Sun (日)					
B8	Grade 1	17:30-18:30	Fri (五)	\$630(1星期1堂) \$1,130(1星期2堂)	\$650(1星期1堂) \$1,150(1星期2堂)	導師指定學員		
		11:30-12:30	Sat (六)					
		#13:00-14:00	Sun (日)					
B9	Grade 2	18:00-19:00	Tue (二)	\$660(1星期1堂) \$1,160(1星期2堂)	\$680(1星期1堂) \$1,180(1星期2堂)			
		17:00-18:00	Sat (六)					
		15:00-16:00	Sun (日)					
B10	Grade 3	17:00-18:00	Thu (四)	\$690(1星期1堂) \$1,190(1星期2堂)	\$710(1星期1堂) \$1,210(1星期2堂)			
		13:30-14:30	Sat (六)					
		14:00-15:00	Sun (日)					
B11	Grade 4	12:30-13:30	Sat (六)	\$690(1星期1堂) \$1,190(1星期2堂)	\$710(1星期1堂) \$1,210(1星期2堂)			
		13:00-14:00	Sun (日)					
B12	Grade 5	18:00-19:00	Thu (四)	\$690(1星期1堂) \$1,190(1星期2堂)	\$710(1星期1堂) \$1,210(1星期2堂)			
		14:30-15:30	Sat (六)					
B13	Major 1	New IF	18:00-19:00	Sat (六)	\$1,400(1星期2堂) \$1,890(1星期3堂)	\$1,420(1星期2堂) \$1,910(1星期3堂)		
			12:00-13:00	Sun (日)				
		IF	19:00-20:30	Thu (四)				
			09:15-10:30	Sun (日)				
B14	Major 2	INT/AF	19:00-20:30	Tue (二)	\$1,400(1星期2堂) \$1,890(1星期3堂)	\$1,420(1星期2堂) \$1,910(1星期3堂)		
			10:30-12:00	Sun (日)				
		INT	18:30-19:45	Fri (五)				
		AF/G8	19:45-21:00	Fri (五)				
有關颱風或暴雨訊號懸掛時的注意事項，請參閱毛妹芭蕾舞學校發出之通告。								
* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。								
* 請於報名前參閱訓練班注意事項。								