



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

AH1	兒童班	12	16,20,23,27,30/7 & 3,6,10,13,17,20,23/8	二及六 Tue&Sat	9:30-11:00	50	5-12歲	\$700	\$720	香港曲棍球總會 註冊教練	AH1
AH5	青少年班	6	18,25/7 & 1,8,15,22/8	四 Thu	9:30-11:00		12歲或以上	\$340	\$360		AH5

羽毛球 Badminton

ABA11	暑期羽毛球班	6	15,22,29/7 & 5,12,19/8	一 Mon	09:00-11:00	16	6歲或以上	\$720	\$740	余自明	ABA11
ABA13		6	16,23,30/7 & 6,13,20/8	二 Tue	09:00-11:00			\$1,020	\$1,040		官惠慈/王俊迪
ABA14		6	16,23,30/7 & 6,13,20/8		四 Thu		11:00-13:00	導師指定學員	\$1,020	\$1,040	
ABA15		6	18,25/7 & 1,8,15,22/8	五 Fri			09:00-11:00	6歲或以上	\$1,020	\$1,040	ABA15
ABA16		6	18,25/7 & 1,8,15,22/8		一 Mon		11:00-13:00	導師指定學員	\$1,020	\$1,040	ABA16
ABA17		6	19,26/7 & 2,9,16,23/8	二 Tue			09:00-11:00	6歲或以上	\$720	\$740	余自明
ABA2		青少年及成人班	8		8,15,22,29/7 & 5,12,19,26/8		四 Thu	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$1,000
ABA7	9		4,11,18,25/7 & 1,8,15,22,29/8	18:00-19:30	\$900	\$920		許實田			ABA7

網球 Tennis

AT21	暑期網球班	6	15,22,29/7 & 5,12,19/8	一 Mon	09:00-11:00	16	6-18歲	\$960	\$980	香港網球總會 註冊教練	AT21
AT22		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	09:00-11:00	16	6-18歲	\$960	\$980		AT22
AT23		6	19,26/7 & 2,9,16,23/8	五 Fri	09:00-11:00	16	6-18歲	\$960	\$980		AT23
AT24	暑期小型網球班	6	15,22,29/7 & 5,12,19/8	一 Mon	11:00-13:00	16	4-7歲	\$1,200	\$1,220	香港網球總會 註冊教練	AT24
AT25		6	15,22,29/7 & 5,12,19/8		三 Wed	15:00-16:30	8	4-7歲	\$900		\$920
AT26		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	四 Thu		15:00-16:30	8	4-7歲	\$900		\$920
AT27		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8		16:30-18:00	8	4-7歲	\$900	\$920		AT27

籃球 Basketball

AR11	暑期班	8	17,19,22,24,26,29,31/7 & 2/8	一、三及五 Mon,Wed & Fri	13:00-14:00	20	6-9歲	\$1,360	\$1,380	香港籃球總會 註冊教練	AR11
AR12		8	17,19,22,24,26,29,31/7 & 2/8		14:00-16:00		9-15歲	\$1,360	\$1,380		AR12
AR13		8	5,7,9,12,14,16,19,21/8		13:00-14:00		6-9歲	\$1,360	\$1,380		AR13
AR14		8	5,7,9,12,14,16,19,21/8		14:00-16:00		9-15歲	\$1,360	\$1,380		AR14
AR3	先導班	8	8,15,22,29/7 & 5,12,19,26/8	一 Mon	17:00-18:00		6-9歲	\$1,360	\$1,380		AR3



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
------------	----------------	--------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	--------------	-------------------	------------------	------------

足球 Football

AFB11	暑期足球班	6	15,17,22,24,29,31/7	一及二 Mon & Wed	09:30-11:00	50	4-12歲	\$720	\$740	香港足球總會 註冊教練	AFB11
AFB12		6	16,18,23,25,30/7 & 1/8	二及四 Tue & Thu	16:30-18:00	40		\$720	\$740		AFB12
AFB13		6	5,7,12,14,19,21/8	一及二 Mon & Wed	09:30-11:00	50		\$720	\$740		AFB13
AFB14		6	6,8,13,15,20,22/8	二及四 Tue & Thu	16:30-18:00	40		\$720	\$740		AFB14
AFB2	星期五班	9	5,12,19,26/7 & 2,9,16,23,30/8	五 Fri	16:30-18:00	50		\$1,080	\$1,100		AFB2

乒乓球 Table-Tennis

ATT12	暑期乒乓球班	6	16,23,30/7 & 6,13,20/8	二 Tue	15:00-17:00	16	5-17歲	\$1,080	\$1,100	中國香港 乒乓球學校 導師	ATT12
ATT13		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	15:00-17:00			\$1,080	\$1,100		ATT13
ATT14		6	18,25/7 & 1,8,15,22/8	四 Thu	15:00-17:00			\$1,080	\$1,100		ATT14
ATT15		6	19,26/7 & 2,9,16,23/8	五 Fri	15:00-17:00			\$1,080	\$1,100		ATT15
ATT2		9	4,11,18,25/7 & 1,8,15,22,29/8	四 Thu	17:00-19:00			\$1,620	\$1,640		ATT2

劍擊 Fencing

AFC3	入門訓練 (歐洲膠劍班)	8	8,15,22,29/7 & 5,12,19,26/8	一 Mon	15:30-16:30	10	3-5歲	\$1,440	\$1,460	UNIQUE FENCING 導師	AFC3
AFC4		8	8,15,22,29/7 & 5,12,19,26/8		16:30-17:30	10	6歲或以上	\$1,440	\$1,460		AFC4

空手道 Karate

AKO2	暑期空手道班	10	28,31/7 & 4,7,11,14,18,21,25,28/8	日 Sun 三 Wed	13:00-14:30 20:30-22:00	20	4歲或以上	\$1,000	\$1,020	IKO剛柔流導師	AKO2
------	--------	----	-----------------------------------	----------------------	----------------------------	----	-------	---------	---------	----------	------

詠春 Wing Chun

AW2	兒童詠春班	9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24,31/8	六 Sat	11:30-13:00	30	6-15歲	\$1,125	\$1,145	詠春梁錦棠國術中心	AW2
-----	-------	---	--------------------------------	----------	-------------	----	-------	---------	---------	-----------	-----

體操 Gymnastics \*

AG21	暑期班	6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	09:00-10:30	25	3-5歲	\$900	\$920	Smartie Sport Company	AG21
AG22		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	10:30-12:00		5歲或以上	\$900	\$920		AG22
AG1	幼兒初班	9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8	二 Tue	15:00-16:30		3-5歲	\$1,350	\$1,370		AG1

藝術體操 Rhythmic Gymnastics

AAG2	入門訓練	9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8	六 Sat	18:00-20:00	20	5歲或以上	\$1,980	\$2,000	Smartie Sport Company	AAG2
------	------	---	--------------------------------	----------	-------------	----	-------	---------	---------	-----------------------	------

彈網 Trampoline

AE21	暑期彈網班	6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	09:00-10:30	18	5歲或以上	\$900	\$920	Smartie Sport Company	AE21
AE22		6	17,24,31/7 & 7,14,21/8	三 Wed	10:30-12:00			\$900	\$920		AE22
AE1	兒童彈網班	9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8	二 Tue	17:00-18:30			\$1,350	\$1,370		AE1
AE2		9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8		18:30-20:00			\$1,350	\$1,370		AE2
AE3		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8	六 Sat	09:00-10:30			\$1,350	\$1,370		AE3
AE4		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8		10:30-12:00			\$1,350	\$1,370		AE4
AE5		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8		15:00-16:30			\$1,350	\$1,370		AE5
AE6		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8		16:30-18:00	\$1,350	\$1,370	AE6			



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
------------	----------------	--------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	--------------	-------------------	------------------	------------

花式跳繩 Rope Skipping

ARS1	花式跳繩班	9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8	六 Sat	16:00-17:30	20	10歲或以上	\$1,080	\$1,100	中國香港跳繩 體育聯合會教練	ARS1
ARS2		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24/31/8		15:00-16:00	20	4-9歲	\$720	\$740		ARS2

足毬 Shuttlecock

ASHC1	初階班	9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$675	\$695	翱昇體育會	ASHC1
ASHC2		9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8	二 Tue	21:00-22:00			\$675	\$695		ASHC2
ASHC5		9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24,31/8	六 Sat	09:00-10:00			\$675	\$695		ASHC5

游泳 Swimming

ASTP21	暑期班	21	15,17,19,22,24,26,29,31/7 & 2,5,7,9,12,14,16,19,21,23,26,28,30/8	一、三及五 Mon, Wed & Fri	09:30-10:30	18	3歲或以上	\$1,785	\$1,805	史丹福游泳 學校導師	ASTP21
ASTP22		21			10:30-11:30			\$1,785	\$1,805		ASTP22
ASTP23		21			11:30-12:30			\$1,785	\$1,805		ASTP23
ASTP24		14	16,18,23,25,30/7 & 1,6,8,13,15,20,22,27,29/8	二及四 Tue&Thu	09:30-10:30			\$1,330	\$1,350		ASTP24
ASTP25		14			10:30-11:30			\$1,330	\$1,350		ASTP25
ASTP26		14			11:30-12:30			\$1,330	\$1,350		ASTP26
ASTP31		16	15,17,19,22,24,26,29,31/7 & 2,5,7,9,12,14,16,19/8	一、三及五 Mon, Wed & Fri	14:00-15:00			\$1,360	\$1,380		ASTP31
ASTP32		16			15:00-16:00			\$1,360	\$1,380		ASTP32
ASTP33		16			16:00-17:00			\$1,360	\$1,380		ASTP33
ASTP34		11	16,18,23,25,30/7 & 1,6,8,13,15,20/8	二及四 Tue&Thu	14:00-15:00			\$935	\$955		ASTP34
ASTP35		11			15:00-16:00			\$935	\$955		ASTP35
ASTP36		11			16:00-17:00			\$935	\$955		ASTP36



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

AC1	Grade 1	8	6,20,27/7 & 3,10,17,24,31/8	六 Sat	14:00-15:00	30	5歲或以上	\$880	\$900	李凝姿	AC1
-----	---------	---	-----------------------------	----------	-------------	----	-------	-------	-------	-----	-----

拉丁舞 Latin Dance

AL2	初班	6	15,22,29/7 & 5,12,19/8	一 Mon	11:00-12:30	20	4-10歲	\$720	\$740	飛躍舞蹈學院導師	AL2
AL3		6	15,22,29/7 & 5,12,19/8		15:30-17:00			\$720	\$740		AL3
AL1		9	5,12,19,26/7 & 2,9,16,23,30/8	五 Fri	15:30-17:00			\$1,080	\$1,100		AL1
AL4		9	2,9,16,23,30/7 & 6,13,20,27/8	二 Tue	17:00-18:30			\$1,080	\$1,100		AL4
AL5		9	4,11,18,25/7 & 1,8,15,22,29/8	四 Thu	16:30-18:00			\$1,080	\$1,100		AL5

兒童爵士舞 Junior Jazz Dance

AS2	初班	9	6,13,20,27/7 & 3,10,17,24,31/8	六 Sat	10:00-11:00	20	3-5歲	\$900	\$920	飛躍舞蹈學院導師	AS2
-----	----	---	--------------------------------	----------	-------------	----	------	-------	-------	----------	-----

舞蹈技巧 Dance Skills

AS4	兒童爵士舞初班	8	7,14,21,28/7 & 4,11,18,25/8	日 Sun	09:00-10:00	20	3-4歲	\$800	\$820	鍾家欣	AS4
AS6	舞蹈 Play Group	9	4,11,18,25/7 & 1,8,15,22,29/8	四 Thu	09:00-09:45	6	18個月-3歲	\$1,350	\$1,370		AS6
AS7		9	4,11,18,25/7 & 1,8,15,22,29/8		10:00-10:45	6		\$1,350	\$1,370		AS7
AS8	幼兒舞蹈班	9	3,10,17,24,31/7 & 7,14,21,28/8	三 Wed	16:00-17:00	20	2.5-3.5歲	\$900	\$920		AS8
AS9	兒童舞蹈班	9	3,10,17,24,31/7 & 7,14,21,28/8		17:00-18:00		3-5歲	\$900	\$920		AS9
AS10	兒童民族舞	9	3,10,17,24,31/7 & 7,14,21,28/8		20:00-21:00		4-6歲	\$900	\$920		AS10

芭蕾舞 Ballet

ABB1	暑期芭蕾舞	6	16,18,23,25,30/7 & 1/8	二及四 Tue & Thu	11:00-11:45	20	2.5-4歲	\$780	\$800	毛妹芭蕾舞學校導師	ABB1
ABB2		6	16,18,23,25,30/7 & 1/8		11:45-12:30	20	4歲或以上	\$780	\$800		ABB2
ABB3		6	6,8,13,15,20,22/8		11:00-11:45	20	2.5-4歲	\$780	\$800		ABB3
ABB4		6	6,8,13,15,20,22/8		11:45-12:30	20	4歲或以上	\$780	\$800		ABB4