

大埔體育會 蔡月蘭導師 合辦

瑜珈班 Yoga Course

編號 Code	星期 Day	時間 Time	日期 Date	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member
Y9	— Mon	20:00-21:30	8,15,22,29/7	4	\$300	\$320
Y11		18:30-20:00	8,15,22,29/7	4	\$300	\$320
Y7	三 Wed	18:30-20:00	3,10,17,24,31/7	5	\$375	\$395
Y8		20:00-21:30	3,10,17,24,31/7	5	\$375	\$395
Y13	五 Fri	19:30-21:00	5,12,19,26/7	4	\$300	\$320

課程: 舒緩身體不適、強身健體、按摩內臟、美容減肥、束腰收腹。

導師: 蔡月蘭或其他合資格導師

資格: 12歲或以上

服裝: 輕便運動服裝

地點: 舞蹈室 Dance Room; Y14 活動室 Function

名額: 活動室:25人; 舞蹈室:35人

備註: 請參閱訓練班注意事項

最少18人開班; Y14最少12人開班

如因黑色暴雨、8號或以上颱風訊號而取消之課堂，不設補堂。