

大埔體育會 李玉芳導師 合辦

瑜珈班 Yoga Course

編號 Code	活動名稱 Course	星期 Day	時間 Time	日期 Date	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member
Y5	瑜珈 Yoga	— Mon	08:00- 09:00	15,22,29/7	3	\$165	\$185
Y6			09:00- 10:30	15,22,29/7	3	\$195	\$215
Y14			10:30- 12:00	15,22,29/7	3	\$195	\$215
Y10**		三及五 Wed & Fri	14:00- 15:30	10,12,17,19,24,26,31/7	7	\$420	\$440
Y23	靜坐瑜珈 Sitting Yoga	四 Thu	14:00- 15:30	11,18,25/7	3	\$180	\$200

#Y10瑜珈班如需要報讀逢星期三或星期五之課堂，每堂學費為\$80元，

費用視乎該月份之堂數，不接納單堂報讀。

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: 李玉芳或其他合資格導師

服裝: 輕便運動服裝

地點: 活動室 Function Room

資格: 12歲或以上

名額: 25人

備註: 請參閱訓練班注意事項

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。

*Y6 舊學員優先報名