

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

H3	入門訓練班	0	4月份停課	六 Sat	9:30-11:00	45	4-12歲	\$0	\$0	香港曲棍球總會註冊教練	H3
----	-------	---	-------	----------	------------	----	-------	-----	-----	-------------	----

羽毛球 Badminton

BA2	青少年及成人班	4	6,13,20,27/4	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$500	\$520	王俊迪	BA2
BA7		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	18:00-19:30		13歲或以上	\$380	\$400	許寶田	BA7
BA10	技術改良班	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		19:30-21:30			\$500	\$520		BA10

羽毛球種籽計劃

BAS01A	入門訓練	4	4,11,18,25/4	六 Sat	12:00-13:00	28	5-18歲	\$360	\$380	香港羽毛球總會註冊教練	BAS01A
BAS02A	初級訓練	4	4,11,18,25/4		13:00-15:00		9-18歲	\$480	\$500		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	4,11,18,25/4		10:00-12:00		12歲以上	\$520	\$540		BAS03A
BAS01B	入門訓練	4	5,12,19,26/4	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$360	\$380		BAS01B
BAS01C		4	5,12,19,26/4		09:00-10:00		5-18歲	\$360	\$380		BAS01C
BAS02B	初級訓練	4	5,12,19,26/4		11:00-13:00	28	9-18歲	\$480	\$500		BAS02B
BAS04B	精英班	8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)	二及四 Tue&Thu 三及五 Wed&Fri	12:00-14:00	16	9-18歲	\$1,040	\$1,060		BAS04B
BAS04C		9	1,3,8,10,15,17,22,24,29/4					\$1,170	\$1,190		BAS04C

網球 Tennis

T1	青少年技術改良班	9	4,11,18,25/5 & 1,8,15,22,29/6	一 Mon	17:00-19:00	10	導師指定學員	\$1,440	\$1,540	合辦網球學院教練	T1
T2		8	6,13,20,27/5 & 3,10,17,24/6	三 Wed	17:00-19:00	10		\$1,280	\$1,380		T2
T3	青少年班	8	8,15,22,29/5 & 5,12,19,26/6	五 Fri	17:00-19:00	16	6-18歲	\$1,280	\$1,380		T3
T5		9	2,9,16,23,30/5 & 6,13,20 & 27/6	六 Sat	18:00-20:00	16		\$1,440	\$1,540		T5
T7	兒童小型網球	9	4,11,18,25/5 & 1,8,15,22,29/6	一 Mon	16:30-18:00	8	4-7歲	\$1,350	\$1,450		T7

籃球 Basketball

R1	兒童及青少年班	3	15,22,29/4 (1,8/4停課)	三 Wed	17:00-19:00	20	9-17歲	\$420	\$440	香港籃球總會註冊教練	R1
R2		2	17,24/4 (3,10/4停課)	五 Fri	17:00-19:00		6-14歲	\$280	\$300		R2

*6-8歲新生報名, 需由教練測試確認

足球 Football

FB2	星期五班	4	3,10,17 & 24/4	五 Fri	17:00-18:30	40	4-12歲	\$480	\$500	香港足球總會註冊教練	FB2
FB3	上午班	4	4,11,18 & 25/4	六 Sat	09:00-10:30			\$480	\$500		FB3
FB1	下午班	4	4,11,18 & 25/4		16:30-18:00			\$480	\$500		FB1

欖球 Rugby

RB1	兒童班	3	5,19,26/4 (12/4停課)	日 Sun	15:30-17:00	30	4-7歲	\$240	\$260	香港欖球總會註冊教練	RB1
RB2		3	5,19,26/4 (12/4停課)				8-11歲	\$240	\$260		RB2
RB3	青少年班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	20:00-21:30	30	12-14歲	\$320	\$340		RB3
RB4		4	7,14,21,28/4				15-17歲	\$320	\$340		RB4

* 如章程內容有所變動, 最終以本會張貼於大堂之聲報欄及詢問處公報資料為準, 此章程只供參考。
* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



訓練班 Course

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館
電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

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

乒乓球 Table-Tennis

TT2	入門班	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	17:00-19:00	16	5-17歲	\$720	\$740	中國香港 乒乓球學校 導師	TT2
TT10		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	17:30-19:30			\$360	\$380		TT10

器械健體 Fitness Exercise

F1		7	3,7,14,17,21,24,28/4 (10/4停課)	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$210	\$230	宋國文	F1
F2		8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$240	\$260		F2
F3		3	5,19,26/4 (12/4停課)	日 Sun	10:30-11:30			\$120	\$140		郝靜英
F11		8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)	二及四 Tue&Thu	9:00-10:30	\$120	\$140	F11			
F12		8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)		10:30-12:00	\$120	\$140	F12			
F13		6	3,6,17,20,24,27/4 (10,13/4停課)	一及五 Mon&Fri	9:00-10:30	\$120	\$140	本會健身導師	F13		
F14		6	3,6,17,20,24,27/4 (10,13/4停課)		10:30-12:00	\$120	\$140		F14		
F15		7	1,8,15,18,22,25,29/4 (4,11/4停課)	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30	\$120	\$140		F15		
F16		7	1,8,15,18,22,25,29/4 (4,11/4停課)		10:30-12:00	\$120	\$140		F16		

劍擊 Fencing

FC3	入門訓練 (歐洲膠劍班)	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	15:30-16:30	10	3-5歲	\$540	\$560	UNIQUE FENCING導師	FC3
FC4		3	6,20,27/4 (13/4停課)		16:30-17:30	10	6歲或以上	\$540	\$560		FC4

跆拳道 Taekwondo

TK1	兒童班	3	3,17,24/4 (10/4停課)	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$190	\$210		TK1
TK2	成人班	3	3,17,24/4 (10/4停課)		20:30-22:00		14歲或以上	\$190	\$210		TK2
TK3	跆拳道班	3	5,19,26/4 (12/4停課)	日 Sun	15:00-16:30	6歲或以上	\$150	\$170	香港跆拳道 正道館教練		TK3

空手道 Karate

KO1	入門班	3	5,19,26/4 (12/4停課)	日 Sun	11:00-12:30	20	4歲或以上	\$360	\$380	沖繩剛柔流空手道協會	KO1
KO2	初班	3	5,19,26/4 (12/4停課)		13:00-14:30			\$360	\$380		KO2

太極拳 Tai Chi

TC1	太極拳班	0	4月份停課	五 Fri	10:00-11:30	25	12歲或以上	\$0	\$0	馮美英	TC1
-----	------	---	-------	----------	-------------	----	--------	-----	-----	-----	-----

詠春 Wing Chun

W1	成人詠春班	2	18,25/4 (4,11停課)	六 Sat	17:00-18:30	30	16歲或以上	\$250	\$270	詠春梁錦棠 國術中心	W1
W2	兒童詠春班	2	18,25/4 (4,11停課)		11:30-13:00						30

* 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。

花式跳繩 Rope Skipping

RS2	花式跳繩班	2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	15:00-16:00	20	4-12歲	\$160	\$0	中國香港跳繩體育聯合會教練	RS2
-----	-------	---	--------------------	-------	-------------	----	-------	-------	-----	---------------	-----

體操 Gymnastics *

G1	幼兒初班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲		\$660	\$680	Smartie Sport Company	G1
G2		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	15:00-16:30				\$660	\$680		G2
G3		3	3,17,24/4 (10/4停課)	五 Fri	14:00-15:30				\$495	\$515		G3
G8		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	15:00-16:30				\$330	\$350		G8
G4		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	09:00-10:30				\$330	\$350		G4
G9	兒童初班	2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	15:00-16:30	10	5歲或以上	\$330	\$350		G9	
G5		4	7,14,21,28/4	二 Tue	16:30-18:00	\$660	\$680	G5				
G6		3	3,17,24/4 (10/4停課)	五 Fri	15:30-17:00	\$495	\$515	G6				
G7		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	10:30-12:00	\$330	\$350	G7				
G10	兒童中班	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	16:30-18:00	25	導師指定學員	\$660	\$680		G10	
G11		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	16:30-18:00			\$330	\$350		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)

成人體操 Adult Gymnastics

AG3	成人班	2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	18:00-20:00	10	18歲或以上	\$600	\$620	Smartie Sport Company	AG3
-----	-----	---	--------------------	-------	-------------	----	--------	-------	-------	-----------------------	-----

彈網 Trampoline

E1	兒童彈網班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	17:00-18:30	18	5歲或以上		\$660	\$680	Smartie Sport Company	E1
E2		4	7,14,21,28/4	二 Tue	18:30-20:00				\$660	\$680		E2
E3		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	09:00-10:30				\$330	\$350		E3
E4		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	10:30-12:00				\$330	\$350		E4
E5		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	15:00-16:30				\$330	\$350		E5
E6		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	16:30-18:00				\$330	\$350		E6

精英班 Elite Gymnastics

TPSA1	男子精英體操	4	7,14,21,28/4	二 Tue	18:00-20:00	20	導師指定學員	\$800	---	Smartie Sport Company	TPSA1
TPSA2	女子精英體操	4	7,14,21,28/4	二 Tue	18:00-20:00			\$800	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	4	7,14,21,28/4	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$800	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat				\$400	---		TPSA 6

平衡車 Balance Bike

BLC1	幼兒班	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	10:00-11:00	10	2-5歲	大埔平衡車會導師	\$660	\$680		BLC1
BLC2		4	7,14,21,28/4	二 Tue	10:00-11:00				\$880	\$900		BLC2
BLC3		5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	10:00-11:00				\$1,100	\$1,120		BLC3

足毽 Shuttlecock

SHC1	初階班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	翱昇體育會	\$300	\$320		SHC1
SHC2		4	7,14,21,28/4	二 Tue	21:00-22:00				\$300	\$320		SHC2
SHC5		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	09:00-10:00				\$150	\$170		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。



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	單堂 Single Lesson	導師 Instructor	編號 Code	
Y5	瑜伽 Yoga	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	08:00-09:00	20	12歲或以上	\$195	\$215	---	李玉芳	Y5	
Y6		3	6,20,27/4 (13/4停課)		09:00-10:30			\$210	\$230	---		Y6	
Y14		3	6,20,27/4 (13/4停課)		10:30-12:00			\$195	\$215	---	蔡月蘭	Y14	
Y11		3	6,20,27/4 (13/4停課)		18:30-20:00			\$225	\$245	---		Y11	
Y9		3	6,20,27/4 (13/4停課)		20:00-21:30			\$225	\$245	---		Y9	
Y4		4	7,14,21,28/4	二 Tue	08:00-09:00	20		\$220	\$240	\$75	洪梅	Y4	
Y19		4	7,14,21,28/4		09:00-10:30			\$280	\$300	\$100		Y19	
Y17		4	7,14,21,28/4		10:30-12:00			\$280	\$300	\$100		Y17	
Y1		8	1,3,8,15,17,22,24,29/4 (10/4停課)	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	20		\$400	\$420	\$70	歐陽麗娟	Y1	
Y2		8	1,3,8,15,17,22,24,29/4 (10/4停課)		09:00-10:30			\$480	\$500	\$80		Y2	
Y12		8	1,3,8,15,17,22,24,29/4 (10/4停課)		10:30-12:00			\$560	\$580	\$100	洪梅	Y12	
Y10		8	1,3,8,15,17,22,24,29/4 (10/4停課)	14:00-15:30	\$560	\$580		---	李玉芳	Y10			
Y7		5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	18:30-20:00	20		\$375	\$395	---	蔡月蘭	Y7	
Y8		5	1,8,15,22,29/4		20:00-21:30			\$375	\$395	---		Y8	
Y20		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	09:00-10:30	20		\$280	\$300	\$100	洪梅	Y20	
Y21		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		10:30-12:00			\$280	\$300	\$100		Y21	
Y23		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		14:00-15:30			\$300	\$320	---	李玉芳	Y23	
Y13		3	3,17,24/4 (10/4停課)	五 Fri	19:30-21:00	20		\$225	\$245	---	蔡月蘭	Y13	
Y15		2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	14:00-15:30			\$160	\$180	\$110		洪梅	Y15
Y18		2	18,25/4 (4,11/4停課)		15:30-17:00			\$160	\$180	\$110			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 \$90 元，費用視乎該月份的堂數，不接納單堂報讀。

普拉提 Pilates

PY3	基礎初班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	19:30-21:30	35	12歲以上	\$480	\$500	\$150	李夏妹	PY3
-----	------	---	--------------	-------	-------------	----	-------	-------	-------	-------	-----	-----

舒痛伸展運動 Pain Free Exercises

SE3	舒痛伸展運動班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	15:30-17:00	18	12歲以上	\$560	\$580	---	周慧蓮	SE3
SE1	彈力帶運動班	5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	9:00-10:00			\$400	\$420	---		SE1
SE6	舒痛伸展運動班	5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	10:00-11:30			\$700	\$720	---		SE6

*SE1 請自備彈力帶. SE3 & SE6 請自備按摩球或網球上課

伸展運動 Stretching Exercises

SE4	伸展健體初班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	09:00-10:30	25	12歲以上	\$320	\$340	\$110	陳麗娟	SE4
SE7		4	7,14,21,28/4		10:30-12:00			\$320	\$340	\$110		SE7
SE5		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	08:00-09:30			\$320	\$340	\$110		SE5
SE8		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		15:30-17:00			\$320	\$340	\$110		SE8

游泳 Swimming

STP3	初班	0	4月份停課	六 Sat	12:30-13:30	18	3歲或以上	\$0	\$0	史丹福游泳學校導師	STP3
STP4		0	4月份停課		14:30-15:30			\$0	\$0		STP4
STP5		0	4月份停課		16:30-17:30			\$0	\$0		STP5
STP6		0	4月份停課		17:30-18:30			\$0	\$0		STP6
STP7		0	4月份停課	日 Sun	08:30-09:30			\$0	\$0		STP7
STP1		0	4月份停課		14:30-15:30			\$0	\$0		STP1
STP2		0	4月份停課		15:30-16:30			\$0	\$0		STP2
STP9		0	4月份停課	16:30-17:30	\$0			\$0	STP9		
STP11		0	4月份停課	六 Sat	9:00-10:00			\$0	\$0		STP10
STP12		0	4月份停課		10:00-11:00			\$0	\$0		STP11
STP13		0	4月份停課		14:00-15:00			\$0	\$0		STP12
STP14		0	4月份停課		15:00-16:00			\$0	\$0		STP13
STP15		0	4月份停課		16:00-17:00			\$0	\$0		STP14

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

恩齡長跑班 Golden Age Running

TR5	長跑訓練	5	1,8,15,22,29/4	三 Tue	17:00-19:00	20	50歲或以上	\$125	\$145	宏恩基督教學院	TR5
-----	------	---	----------------	-------	-------------	----	--------	-------	-------	---------	-----



訓練班 Course

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館
電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

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

C9	Grade 9	2	18,25/4 (4,11/4停課)	六 Sat	08:30-10:00	30	13歲或以上	\$260	\$280	李凝姿	C9
C6	Grade 6	2	18,25/4 (4,11/4停課)		10:00-11:30		9歲或以上	\$240	\$260		C6
C8	Grade 8	2	18,25/4 (4,11/4停課)		11:30-13:00		11歲或以上	\$260	\$280		C8
C4	Grade 4	2	18,25/4 (4,11/4停課)		13:00-14:00		6歲或以上	\$240	\$260		C4
C1	Grade 1	2	18,25/4 (4,11/4停課)		14:00-15:00		5歲或以上	\$220	\$240		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	初班	0	4月份停課	五 Fri	15:30-17:00	20	4-10歲	\$0	\$0	飛躍舞蹈學院導師	L1
L4		0	4月份停課	二 Tue	17:00-18:30			L4			
L5		0	4月份停課	四 Thu	16:30-18:00			L5			

兒童爵士舞 Junior Jazz Dance

S2	初班	0	4月份停課	六 Sat	10:00-11:00	20	3-5.5歲	\$0	\$0	飛躍舞蹈學院導師	S2
----	----	---	-------	----------	-------------	----	--------	-----	-----	----------	----

舞蹈技巧班 Dance Skills

S4	兒童爵士舞初班	3	5,19,26/4 (12/4停課)	日 Sun	09:00-10:00	20	3-4歲	\$300	\$320	鍾家欣	S4
S5	兒童爵士舞中班	3	5,19,26/4 (12/4停課)		10:00-11:00		4-6歲	\$300	\$320		S5
S6	幼兒舞蹈班	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$400	\$420		S6
S7	舞蹈 Play Group	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		11:15-12:00		6	18個月-3歲	\$600		\$620
S10	兒童民族舞	5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	20:00-21:00	20	4-6歲	\$500	\$520		S10

排舞 Line Dance

MD3	初班	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	19:30-21:00	20	12歲或以上	\$210	\$230	香港排舞運動總會導師	MD3
-----	----	---	--------------------	----------	-------------	----	--------	-------	-------	------------	-----

排排舞 Line Dance

P1	高班	4	7,14,21,28/4	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$300	\$320	何雪華	P1
P2	中班	4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	11:00-12:30			\$300	\$320		P2
P3	初班	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	11:00-12:30			\$225	\$245		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\$110。

健體舞 Aerobic Dance

A10	初班	3	6,20,27/4 (13/4停課)	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$150	\$170	何雪華	A10
A2		3	6,20,27/4 (13/4停課)		10:00-11:00			\$150	\$170		A2
A14		8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)	二及四 Tue&Thu	09:00-10:00			\$400	\$420		A14
A1		8	2,7,9,14,16,21,23,28/4 (30/4停課)		10:00-11:00			\$400	\$420		A1
A4		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)	四 Thu	18:30-19:30			\$200	\$220	香港排舞運動總會導師	A4
A5		4	2,9,16,23/4 (30/4停課)		19:30-20:30			\$200	\$220		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\$75。

集體舞 Group Dance

D1	綜合集體舞	5	1,8,15,22,29/4	三 Wed	10:00-12:00	30	12歲或以上	\$450	\$470	鄧潔滯	D1
D5		3	3,17,24/4 (10/4停課)	五 Fri	10:00-12:00			\$270	\$290		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\$130。

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。



大埔體育會

會員優先報名：11/03/2020
公開報名：12/03/2020

訓練班 Course

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館
電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

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		16:45-17:30						
B5		#11:00-11:45	Sun (日)					
B6	Pre-primary	16:15-17:00	Thu (四)	\$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	
		14:45-15:30	Sat (六)					
		#11:45-12:30	Sun (日)					
B7	Primary	16:15-17:15	Fri (五)	\$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)		Age 6 or above	
		9:45-10:45	Sat (六)					
		#12:30-13:30	Sun (日)					
B8	Grade 1	17:00-18:00	Tue (二)	\$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)			
		17:15-18:15	Fri (五)					
		10:45-11:45	Sat (六)					
		16:45-17:45	Sun (日)					
B9	Grade 2	17:00-18:00	Thu (四)	\$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)			
		18:15-19:15	Fri (五)					
		11:45-12:45	Sat (六)					
		15:45-16:45	Sun (日)					
B10	Grade 3	18:00-19:00	Tue (二)	\$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)		導師指定學員	
		17:30-18:30	Sat (六)					
		14:45-15:45	Sun (日)					
B11	Grade 4	13:45-14:45	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)			
		13:45-14:45	Sun (日)					
B12	Grade 5	12:45-13:45	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)			
		12:45-13:45	Sun (日)					
B13	Major 1	18:00-19:15	Thu (四)	\$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)			
		15:30-16:45	Sat (六)					
		11:30-12:45	Sun (日)					
B14	Major 2	18:00-19:15	Thu (四)	\$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)			
		19:15-20:30	Fri (五)					
		10:15-11:30	Sun (日)					
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註冊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。								