



訓練班 Courses

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
羽毛球 Badminton											
BA2	青少年及成人班	5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$625	\$645	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		4	5,12,19,26/11	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$380	\$400	余自明	BA4
BA7		4	4,11,18,25/11	四 Thu	18:00-19:30		9歲或以上	\$560	\$580	許寶田	BA7
BA10	技術改良班	4	4,11,18,25/11		19:30-21:30		13歲或以上	\$620	\$640		BA10

羽毛球種籽計劃											
BAS01A	入門訓練	4	6,13,20,27/11	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	6,13,20,27/11		13:00-15:00		9-18歲	\$480	\$500		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	6,13,20,27/11		10:00-12:00		12歲以上	\$520	\$540		BAS03A
BAS01B	入門訓練	4	7,14,21,28/11	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$360	\$380		BAS01B
BAS01C		4	7,14,21,28/11		09:00-10:00		5-18歲	\$360	\$380		BAS01C
BAS02B	初級訓練	4	7,14,21,28/11		11:00-13:00		28	9-18歲	\$480		\$500

網球 Tennis											
T1	青少年網球進階班	8	1,8,15,22,29/11 & 6,13,20/12	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$1,440	\$1,540	 合辦網球學院教練	T1
T2	青少年網球中班	8	10,17,24/11 & 1,8,15,22, 29/12 (3/11 舊生補堂)	三 Wed	17:00-19:00	16人 (低於 4人不 開班)	10-17歲	\$1,440	\$1,540		T2
T3	兒童網球班	6	12,19,26/11 & 3,10,17/12 (5/11 舊生補堂)	五 Fri	17:00-19:00		6-10歲	\$1,080	\$1,180		T3
T4	青少年網球初級班	6	12,19,26/11 & 3,10,17.12 (5/11 舊生補堂)	五 Fri	17:00-19:00		10-17歲	\$1,080	\$1,180		T4
T5	青少年網球初級班	7	6,13,20,27/11 & 4,11,18/12	六 Sat	18:00-20:00		6-17歲	\$1,260	\$1,360		T5
T7	幼兒室內小型網球班	8	1,8,15,22,29/11 & 6,13,20/12	一 Mon	16:30-18:00	8	5-7歲	\$1,200	\$1,300		T7
T9	NEW 成人網球 中班	9	3,10,17,24/11 & 1,8,15,22, 29/12	三 Wed	20:00-22:00	8	18 - 65歲	\$3,060	\$3,160		
T15	成人網球初班	8	1,8,15,22, 29/11 & 6,13,20/12	一 Mon	21:00-23:00	6	18歲以上	\$2,720	\$2,820		T15

籃球 Basketball											
R1	青少年班	4	3,10,17,24/11	三 Wed	17:00-19:00	20	12-17歲	\$760	\$780	 香港籃球總會 註冊教練	R1
R2	兒童班	4	5,12,19,26/11	五 Fri	17:00-19:00		9-13歲	\$760	\$780		R2
R3	幼童班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	15:00-16:00	8	5-8歲	\$640	\$660		R3
R4		4	7,14,21,28/11		16:00-17:00			\$640	\$660		R4
R5		4	3,10,17,24/11	三 Wed	16:00-17:00			\$640	\$660		R5
R6	兒童班	4	3,10,17,24/11	三 Wed	14:00-16:00	20	9-13歲	\$760	\$780		R6
R8	NEW 兒童及青少年初班 (戶外籃球班)	5	6,13,20,27/11 & 4/12	六 Sat	09:30-11:30	20	10-14歲	\$850	\$870		R8





健球 Kin-Ball											
KB1	青少年班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	13:00-15:00	24	14歲或以上	\$300	\$320	香港健球總會合資格教練	KB1

* 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 Courses



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	
足球 Football												
FB2	星期五班恆常班	4	5,12,19 & 26/11	五 Fri	17:00-18:30	40	3-12歲以下	\$520	\$540	 香港足球總會註冊教練	FB2	
FB3	星期六恆常上午班	4	6,13,20 & 27/11	六 Sat	09:00-10:30			\$520	\$540		FB3	
FB1	星期六恆常下午班	4	6,13,20 & 27/11	六 Sat	16:30-18:00			\$520	\$540		FB1	
FB4	星期三班恆常班	4	3,10,17 & 24/11	三 Wed	18:00-19:30			\$520	\$540		FB4	
FB7	星期一室內足球班	5	1,8,15,22 & 29/11	一 Mon	16:30-17:45	18	5-8歲	\$800	\$820		FB7	
檯球 Rugby												
RBM	兒童班	4	4,11,18 & 25/11	四 Thu	17:00-18:30	30人,最少10人才開班	4-11歲	\$120	\$140	香港檯球總會註冊教練	RBM	
RBY	青少年班	5	2,9,16,23 & 30/11	一 Tue	18:00-19:30		12-17歲	\$150	\$170		RBY	
乒乓球 Table-Tennis												
TT2	入門班	4	4,11,18,25/11	四 Thu	17:00-19:00	16	5-17歲	\$720	\$740	中國香港乒乓球學校導師	TT2	
TT3		4	4,11,18,25/11		14:00-16:00			\$720	\$740		TT3	
TT4		4	3,10,17,24/11	三 Wed	14:00-16:00			\$720	\$740		TT4	
TT10		4	6,13,20,27/11	六 Sat	17:30-19:30			\$720	\$740		TT10	
TT5	幼童班	5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	09:00-10:00	6	3-7歲	\$600	\$620		TT5	
TT6		5	1,8,15,22,29/11		10:00-11:00			\$600	\$620		TT6	
TT7		4	3,10,17,24/11	三 Wed	09:00-10:00			\$480	\$500		TT7	
TT8		4	3,10,17,24/11	10:00-11:00	\$480			\$500	TT8			
器械健體 Fitness Exercise												
F1	 器械健體	9	2,5,9,12,16,19,23,26,30/11	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$270	\$290	宋國文	F1	
F2		9	2,4,9,11,16,18,23,25,30/11	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$270	\$290		F2	
F3		4	7,14,21,28/11	日 Sun	10:30-11:30			\$160	\$180	 郁靜英	F3	
F11	婦女健體班	9	2,4,9,11,16,18,23,25,30/11	二及四 Tue&Thu	9:00-10:30			\$120	\$140		F11	
F12		9	2,4,9,11,16,18,23,25,30/11	10:30-12:00	\$120			\$140	F12			
F13	清晨健體班	9	1,5,8,12,15,19,22,26,29/11	一及五 Mon&Fri	9:00-10:30			\$120	\$140		本會健身導師	F13
F14		9	1,5,8,12,15,19,22,26,29/11	10:30-12:00	\$120	\$140	F14					
F15		8	3,6,10,13,17,20,24,27/11	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30	\$120	\$140	F15				
F16		8	3,6,10,13,17,20,24,27/11	10:30-12:00	\$120	\$140	F16					
跆拳道 Taekwondo												
TK1	兒童班	4	5,12,19,26/11	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$200	\$220	 香港跆拳道正道館教練	TK1	
TK2	成人班	4	5,12,19,26/11		20:30-22:00		\$200	\$220	TK2			
TK3	跆拳道班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	09:30-11:00		20	6歲或以上	\$200		\$220	TK3
空手道 Karate												
KO1	入門班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	11:00-12:30	25	5歲或以上	\$360	\$380	沖繩剛柔流空手道協會	KO1	
KO2	幼兒班	4	7,14,21,28/11		13:00-14:30		\$360	\$380	KO2			
KO3	入門班	4	7,14,21,28/11		15:30-17:00		\$360	\$380	5歲或以上		KO3	
KO4		4	7,14,21,28/11		09:30-11:00		\$360	\$380			KO4	
KO5		4	6,13,20,27/11		六 Sat		15:30-17:00	\$360			\$380	KO5
KO6		4	3,10,17,24/11		三 Wed		16:30-18:00	\$360			\$380	KO6
中國武術 Wushu												
WS1	初班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	17:00-18:00		4歲或以上	\$500	\$520	中國武術海外訓練學院導師	WS1	
WS2	高班	4	7,14,21,28/11		18:00-19:00			\$500	\$520		WS2	
詠春 Wing Chun												
W1	成人詠春班	5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	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	3	6,20,27/11 (13/11停)	六 Sat	11:30-13:00		6-15歲	\$375	\$395		W2	

* 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
花式跳繩 Rope Skipping											
RS1	花式跳繩 (初階班)	4	6,13,20,27/11	六 Sat	17:00-18:00	20	5-12歲	\$400	\$420	中國香港跳繩 體育聯會教練	RS1
RS2	花式跳繩 (興趣班)	4	6,13,20,27/11		14:00-15:00	20		\$400	\$420		RS2
競技體操 Artistic Gymnastics											
G1	 幼兒初班 兒童初班 兒童中班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$825	\$845	Smartie Sport Company	G1
G2		4	4,11,18,25/11	四 Thu	15:00-16:30			\$660	\$680		G2
G3		3	12,19,26/11 (5/11補課)	五 Fri	14:00-15:30	\$495	\$515	G3			
G8		4	6,13,20,27/11	六 Sat	15:00-16:30	18	\$660	\$680	G8		
G4		4	6,13,20,27/11		09:00-10:30	25	\$660	\$680	G4		
G9		4	6,13,20,27/11	六 Sat	15:00-16:30	12	5歲或以上	\$660	\$680	G9	
G5		5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	16:30-18:00	25	5歲或以上	\$825	\$845	Smartie Sport Company	G5
G6		4	5,12,19,26/11	五 Fri	15:30-17:00			\$660	\$680		G6
G7		4	6,13,20,27/11	六 Sat	10:30-12:00	\$660	\$680	G7			
G10		4	4,11,18,25/11	四 Thu	16:30-18:00	導師指定學員	\$660	\$680	G10		
G11		4	6,13,20,27/11	六 Sat	16:30-18:00		\$660	\$680	G11		
* 學滿 3個月需穿體操衣上課。(如需購買可向教練查詢) * 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	4	6,13,20,27/11	六 Sat	18:00-20:00	18	5歲或以上	\$880	\$880	Smartie Sport Company	AG2
成人體操 Adult Gymnastics											
AG3	成人班	4	6,13,20,27/11	六 Sat	18:00-20:00	12	18歲或以上	\$1,200	\$0	Smartie Sport Company	AG3
彈網 Trampoline											
E1	 兒童彈網班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	17:00-18:30	18	5歲或以上	\$825	\$845	Smartie Sport Company	E1
E2		5	2,9,16,23,30/11		18:30-20:00			\$825	\$845		E2
E3		4	6,13,20,27/11	六 Sat	09:00-10:30	\$660	\$680	E3			
E4		4	6,13,20,27/11		10:30-12:00	\$660	\$680	E4			
E5		4	6,13,20,27/11		15:00-16:30	\$660	\$680	E5			
E6		4	6,13,20,27/11		16:30-18:00	12	3歲以上	\$660	\$680	E6	
成人彈網 Adult Trampoline											
E7	成人班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	18:00-20:00	12	18歲或以上	\$1,100	\$1,120	Smartie Sport Company	E7
精英班 Elite Gymnastics											
TPSA1	男子精英體操	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	18:00-20:00	20	導師指定學員	\$1,000	---	Smartie Sport Company	TPSA1
TPSA2	女子精英體操	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	18:00-20:00			\$1,000	---		TPSA2
精英班 Elite Trampoline											
TPSA 4	精英彈網	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$1,000	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		4	6,13,20,27/11	六 Sat				\$800	---		TPSA 6
平衡車 Balance Bike											
BLC1	幼兒班	0	11月停課	六 Sat	16:00-17:00	8	2-5歲	\$0	\$0	大埔平衡車會導師	BLC1
BLC2		0	11月停課		日 Sun			16:00-17:00	\$0		\$0
足毬 Shuttlecock											
SHC1	初階班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$375	\$395	翱昇體育會	SHC1
SHC2		5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	21:00-22:00			\$375	\$395		SHC2
* 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 Courses

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
瑜伽 Yoga												
Y5	瑜伽 Yoga	5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$325	\$345	---	李玉芳	Y5
Y6		5	1,8,15,22,29/11		09:00-10:30			\$350	\$370	---		Y6
Y14		5	1,8,15,22,29/11		10:30-12:00			\$350	\$370	---		Y14
Y11		5	1,8,15,22,29/11		18:30-20:00			\$400	\$420	---		蔡月蘭
Y9		5	1,8,15,22,29/11	20:00-21:30	\$400	\$420		---	Y9			
Y19		5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	09:00-10:30	28		\$450	\$470	\$120	洪梅	Y19
Y17		5	2,9,16,23,30/11		10:30-12:00			\$450	\$470	\$120		Y17
Y1		8	3,5,10,12,17,19,24,26/11	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	25		\$400	\$420	\$70	歐陽麗娟	Y1
Y2		8	3,5,10,12,17,19,24,26/11		09:00-10:30			\$480	\$500	\$80		Y2
Y12		8	3,5,10,12,17,19,24,26/11		10:30-12:00			\$720	\$740	\$120		洪梅
Y7		4	3,10,17,24/11	三 Wed	18:30-20:00	35		\$320	\$340	---	蔡月蘭	Y7
Y8		4	3,10,17,24/11		20:00-21:30			\$320	\$340	---		Y8
Y22		3	11,18,25/11 (4/11停)	四 Thu	09:00-10:30	25		\$210	\$230	---	李玉芳	Y22
Y21		4	4,11,18,25/11		10:30-12:00			\$360	\$380	\$120		洪梅
Y15		4	6,13,20,27/11	六 Sat	14:00-15:30	28		\$400	\$420	\$135	Y15	

普拉提 Pilates												
PY3	基礎初班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	19:00-21:00	35	12歲以上	\$600	\$620	\$150	李夏妹	PY3

舒痛伸展運動 Pain Free Exercises												
SE3	舒痛伸展運動班		11月停課	二 Tue	15:30-17:00	18	12歲以上	\$0	\$0	---	周慧蓮	SE3
*SE3 請自備按摩球或網球上課												

伸展運動 Stretching Exercises												
SE4	伸展健體初班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	09:00-10:30	12	12歲以上	\$400	\$420	\$110	陳麗媚	SE4
SE7		5	2,9,16,23,30/11		10:30-12:00			\$400	\$420	\$110		SE7
SE8		4	4,11,18,25/11	四 Thu	15:00-16:30			\$320	\$340	\$110		SE8

游泳 Swimming :												
STP3	恆常班	17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)	六 Sat	12:30-13:30	30人	3歲或以上	\$2,380	\$2,400		史丹福游泳學校導師	STP3
STP16		17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)		13:30-14:30			\$2,380	\$2,400			STP16
STP4		17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)		14:30-15:30			\$2,380	\$2,400			STP4
STP17		17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)		15:30 - 16:30			\$2,380	\$2,400			STP17
STP5		17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)		16:30-17:30			\$2,380	\$2,400			STP5
STP6		17	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 照常上課)		17:30-18:30			\$2,380	\$2,400			STP6
STP7	恆常班	17	14/11/2021 - 6/3/2022	日 Sun	08:30-09:30	30人	3歲或以上	\$2,380	\$2,400		史丹福游泳學校導師	STP7
STP1		17	14/11/2021 - 6/3/2022		14:30-15:30			\$2,380	\$2,400			STP1
STP2		17	14/11/2021 - 6/3/2022		15:30-16:30			\$2,380	\$2,400			STP2
STP9		17	14/11/2021 - 6/3/2022		16:30-17:30			\$2,380	\$2,400			STP9
STP13	恆常班	16	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 公眾假期不用上課)	六 Sat	13:00-14:00	30人	3歲或以上	\$2,240	\$2,260		史丹福游泳學校導師	STP13
STP14		16	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 公眾假期不用上課)		14:00-15:00			\$2,240	\$2,260			STP14
STP15		16	13/11/2021 - 5/3/2022 (25/12/21 & 1/1/2022 公眾假期不用上課)		15:00-16:00			\$2,240	\$2,260			STP15

重要事項: 1) 開班前4天, 不接受報名。2) 留意各班的上課地點。 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

* 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 Courses

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

C6	Grade 7	4	6,13,20,27/11	六 Sat	08:30-10:00	30	10歲或以上	\$480	\$500	李凝姿	C6
C5	Grade 5	4	6,13,20,27/11		10:00-11:30		9歲或以上	\$460	\$480		C5
C1	Grade 2	4	6,13,20,27/11		11:30-12:30		5歲或以上	\$440	\$460		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	中班	4	5,12,19,26/11	五 Fri	15:30-17:00	20	6-10歲	\$480	\$500	飛躍舞蹈學院導師	L1
L4	初班	5	2,9,16,23,30/11	一 Tue	17:00-18:00			\$500	\$520		L4
L5		4	4,11,18,25/11	四 Thu	17:00-18:00			\$400	\$420		L5
L6		4	6,13,20,27/11	六 Sat	10:00-11:00			\$400	\$420		L6

舞蹈技巧班 Dance Skills

S4	兒童爵士舞初班	4	7,14,21,28/11	日 Sun	09:00-10:00	20	3-5歲	\$400	\$420	鍾家欣	S4	
S5	兒童爵士舞中班	4	7,14,21,28/11		10:00-11:00		5-7歲	\$400	\$420		S5	
S6	幼兒舞蹈班	4	4,11,18,25/11	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$400	\$420		S6	
S7	舞蹈 Play Group	4	4,11,18,25/11		11:15-12:00		6	18個月-3歲	\$600		\$620	S7
S8	幼兒舞蹈班	4	4,11,18,25/11		12:00-13:00		20	3-5歲	\$400		\$420	S8
S10	兒童民族舞	4	3,10,17,24/11	三 Wed	20:00-21:00	20	5-7歲	\$400	\$420		S10	

排排舞 Line Dance

P1	高班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$375	\$395	何雪華	P1
P2	中班	4	4,11,18,25/11	四 Thu	11:00-12:30			\$300	\$320		P2
P3	初班	5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	11:00-12:30			\$375	\$395		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		5	1,8,15,22,29/11	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$250	\$270	何雪華	A10	
A2		5	1,8,15,22,29/11		10:00-11:00			\$250	\$270		A2	
A13		初班	5	2,9,16,23,30/11	二 Tue			09:00-10:00	\$250		\$270	A13
A14			5	2,9,16,23,30/11				10:00-11:00	\$250		\$270	A14
A1	初班	4	4,11,18,25/11	四 Thu	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$200	\$220	香港排舞運動總會導師	A1	
A3		4	4,11,18,25/11		10:00-11:00			\$200	\$220		A3	
A4		4	4,11,18,25/11		18:30-19:30			\$400	\$420		A4	
A5		4	4,11,18,25/11	19:30-20:30	\$400			\$420	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。

爵士舞零基礎班 Jazz Dance

J1	爵士舞零基礎班	4	3,10,17,24/11	三 Wed	10:00-11:00	15	6-12歲	\$400	\$420	香港排舞運動總會導師	J1
J2		4	3,10,17,24/11		11:00-12:00		15歲或以上	\$400	\$420		J2
J3		4	5,12,19,26/11	五 Fri	10:00-11:00		6-12歲	\$400	\$420		J3
J4		4	5,12,19,26/11		11:00-12:00		15歲或以上	\$400	\$420		J4

* 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	Pre - Primary	B2a	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)	Age 5 or above	
		B2b	15:30-16:15	Thu (四)				
		B2c	16:45-17:30	Sat (六)				
		B2d	#11:00-11:45 (活動室)	Sun (日)				
	Beginners / Pre - Primary	B2e	16:00-16:45	Sun (日)				
	Pre - Primary	B2f	15:30-16:15	Tue (二)				
B3	Beginners		09:00-09:45	Sat (六)	\$540	\$560	Age 3 or above	
B4			16:00-16:45	Sat (六)				
B5			12:00-12:45	Sun (日)				
B6	Primary		16:15-17:15	Thu (四)	\$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	
			15:00-16:00	Fri (五)				
			15:00-16:00	Sat (六)				
			12:45-13:45	Sun (日)				
B7	Grade 1		16:00-17:00	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	
			09:45-10:45	Sat (六)				
			#12:45-13:45 (活動室)	Sun (日)				
B8	Grade 2		17:00-18:00	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	Fri (五)				
			10:45-11:45	Sat (六)				
			#11:45-12:45 (活動室)	Sun (日)				
B9	Grade 3		17:15-18:15	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)		
			18:00-19:00	Fri (五)				
			11:45-12:45	Sat (六)				
B10	Grade 4		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)		
			17:30-18:30	Sat (六)				
			15:00-16:00	Sun (日)				
B11	Grade 5		14:00-15:00	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)		
			14:00-15:00	Sun (日)				
B13	Major 1		18:15-19:45	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)		
			12:45-14:00	Sat (六)				
			10:15-11:30	Sun (日)				
B14	Major 2		18:15-19:45	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)		
			18:30-19:45	Sat (六)				
			9:00-10:15	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。								