




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	4	6,13,20,27/6	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$520	\$540	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		3	10,17,24/6 (3/6停)	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$285	\$305	余自明	BA4
BA7		5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	18:00-19:30		9歲或以上	\$700	\$720	許寶田	BA7
BA10		技術改良班	5	2,9,16,23,30/6			19:30-21:30	13歲或以上	\$775		\$795

羽毛球種籽計劃

BAS01A	入門訓練	4	4,11,18,25/6	六 Sat	12:00-13:00	28	5-18歲	\$380	\$400	 香港羽毛球總會註冊教練	BAS01A
BAS02A	初級訓練	4	4,11,18,25/6		13:00-15:00		9-18歲	\$500	\$520		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	4,11,18,25/6		10:00-12:00		12歲以上	\$540	\$560		BAS03A
BAS01B	入門訓練	4	5,12,19,26/6	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$380	\$400		BAS01B
BAS01C		4	5,12,19,26/6		09:00-10:00		5-18歲	\$380	\$400		BAS01C
BAS02B	初級訓練	4	5,12,19,26/6		11:00-13:00		28	9-18歲	\$500		\$520

網球 Tennis

T1	青少年網球進階班	8	收生日期, 6月初公佈	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$0	\$0	 合辦網球學院教練	T1
T2	青少年網球中班	6	收生日期, 6月初公佈	三 Wed	17:00-19:00	16人 (低於4人不開班)	10-17歲	\$0	\$0		T2
T3	兒童網球班	8	收生日期, 6月初公佈	五 Fri	17:00-19:00		6-10歲	\$0	\$0		T3
T4	青少年網球初級班	8	收生日期, 6月初公佈	五 Fri	17:00-19:00		10-17歲	\$0	\$0		T4
T5	青少年網球初級班	8	收生日期, 6月初公佈	六 Sat	18:00-20:00		6-17歲	\$0	\$0		T5
T7	幼兒室內小型網球班	7	16,23,30/5 : 6,13,20 & 27/6	一 Mon	16:30-18:00		8	5-7歲	\$1,050		\$1,150
T9	NEW 成人網球 中班	6	收生日期, 6月初公佈	三 Wed	20:00-22:00	8	18 - 65歲	\$0	\$0		T9
T15	成人網球初班	8	收生日期, 6月初公佈	一 Mon	20:00-22:00	6	18歲以上	\$0	\$0		T15

籃球 Basketball

R1	青少年班	5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	17:00-19:00	20-23	12-17歲	\$950	\$970	蔡駿賢教練	R1
R2	兒童班	3	10,17,24/6 (3/6停)	五 Fri	17:00-19:00		9-13歲	\$570	\$590		蔡駿賢教練 / 其他合資格教練
R3	幼童中階班	4	5,12,19,26/6	日 Sun	15:00-16:00	8-10	5-8歲	\$640	\$660	R3	
R4		4	5,12,19,26/6		16:00-17:00			\$640	\$660	R4	
R5		5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	16:00-17:00			\$800	\$820	蔡駿賢教練	
R6	兒童班	5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	14:00-16:00	20-23	9-13歲	\$950	\$970		R6
R10	幼童初階班	4	5,12,19,26/6	日 Sun	08:00-09:00	8-10	5-8歲	\$640	\$660		R10

健球 Kin-Ball

KB1	青少年班	4	5,12,19,26/6	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	開班日期及上課地點, 5月23日後公佈	五 Fri	17:00-18:30	先到先得	3-12歲以下				FB2
FB3	星期六恆常班上午班	4	開班日期及上課地點, 5月23日後公佈	六 Sat	09:00-10:30		3-12歲以下				FB3
FB1	星期六恆常班下午班	4	開班日期及上課地點, 5月23日後公佈	六 Sat	16:00-17:30		3-12歲以下				FB1
FB5	星期日恆常上午班	4	開班日期及上課地點, 5月23日後公佈	日 Sun	09:00-10:30		3-12歲以下				FB5
FB7	星期一室內足球班	4	6,13,20 & 27/6	一 Mon	16:30-17:45		5-8歲	\$640	\$660		FB7
欖球 Rugby											
RBM	兒童班	4	7,14,21 & 28/6	一 Tue	18:00-19:30	30人, 最少10人才開班	4-11歲	\$120	\$140	香港欖球總會註冊教練	RBM
RBY	青少年班	4	7,14,21 & 28/6	一 Tue	18:00-19:30		12-17歲	\$120	\$140		RBY
乒乓球 Table-Tennis											
TT2	入門班	5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	17:00-19:00	20	5-17歲	\$900	\$920	中國香港乒乓學校導師	TT2
TT3		5	2,9,16,23,30/6		14:00-16:00			\$900	\$920		TT3
TT4		5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	14:00-16:00			\$900	\$920		TT4
TT10		4	4,11,18,25/6	六 Sat	17:30-19:30			\$720	\$740		TT10
TT5	幼童班	4	6,13,20,27/6	一 Mon	09:00-10:00	6	3-7歲	\$480	\$500		TT5
TT6		4	6,13,20,27/6		10:00-11:00			\$480	\$500		TT6
TT7		5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	09:00-10:00			\$600	\$620		TT7
TT8		5	1,8,15,22,29/6		10:00-11:00			\$600	\$620		TT8
器械健體 Fitness Exercise											
F1	 器械健體	7	7,10,14,17,21,24,28/6 (3/6停)	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$210	\$230	宋國文	F1
F2		9	2,7,9,14,16,21,23,28,30/6	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$270	\$290		F2
F3		4	5,12,19,26/6	日 Sun	10:30-11:30			\$160	\$180		F3
F11	婦女健體班	9	2,7,9,14,16,21,23,28,30/6	二及四 Tue&Thu	9:00-10:30			\$120	\$140	 郝靜英	F11
F12		9	2,7,9,14,16,21,23,28,30/6		10:30-12:00			\$120	\$140		F12
F13	清晨健體班	7	6,10,13,17,20,24,27/6 (3/6停)	一及五 Mon&Fri	9:00-10:30			\$120	\$140	本會健身導師	F13
F14		7	6,10,13,17,20,24,27/6 (3/6停)		10:30-12:00			\$120	\$140		F14
F15		9	1,4,8,11,15,18,22,25,29/6	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30			\$120	\$140		F15
F16		9	1,4,8,11,15,18,22,25,29/6		10:30-12:00			\$120	\$140		F16
跆拳道 Taekwondo											
TK1	兒童班	3	10,17,24/6 (3/6停)	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$150	\$170		TK1
TK2	成人班	3	10,17,24/6 (3/6停)		20:30-22:00		14歲或以上	\$150	\$170		TK2
TK3	跆拳道班	4	5,12,19,26/6	日 Sun	09:30-11:00		20	6歲或以上	\$200		\$220
空手道 Karate											
KO1	入門班	4	5,12,19,26/6	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	5,12,19,26/6		13:00-14:30		3-5歲	\$360	\$380		KO2
KO3	形班	4	5,12,19,26/6		15:30-17:00		5歲或以上	\$360	\$380		KO3
KO4	入門班	4	5,12,19,26/6		09:30-11:00			\$360	\$380		KO4
KO5		4	4,11,18,25/6	六 Sat	15:30-17:00			\$360	\$380		KO5
KO6	組手班	5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	16:30-18:00		\$450	\$470	KO6		
武術 Wushu											
WS1	初班	4	5,12,19,26/6	日 Sun	17:00-18:00	20	4歲或以上	\$500	\$520	中國武術海外訓練學院導師	WS1
WS2	高班	4	5,12,19,26/6		18:00-19:00			\$500	\$520		WS2
白眉功夫 Pak Mei Kung Fu											
WS5	白眉拳班	4	6,13,20,27/6	一 Mon	20:00-21:30	20	6歲或以上	\$452	\$472	嚴少強師傅	WS5
詠春 Wing Chun											
W1	成人詠春班	4	6,13,20,27/6	一 Mon	20:00-21:30	30	16歲或以上	\$500	\$520	詠春梁錦棠國術中心	W1
W2	兒童詠春班	4	4,11,18,25/6	六 Sat	11:30-13:00		6-15歲	\$500	\$520		W2
<p>* 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。</p> <p>* 請於報名前參閱訓練班注意事項。</p>											

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	4,11,18,25/6	六 Sat	17:00-18:00	20	5-12歲	\$400	\$420	中國香港跳繩 體育聯合會教練	RS1
RS2	花式跳繩 (興趣班)	4	4,11,18,25/6		14:00-15:00	20		\$400	\$420		RS2

競技體操 Artistic Gymnastics

G1	 幼兒初班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$696	\$716	Smartie Sport Company	G1
G2		5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	15:00-16:30			\$870	\$890		G2
G3		3	10,17,24/6 (3/6停)	五 Fri	14:00-15:30			\$522	\$542		G3
G8		4	4,11,18,25/6	六 Sat	15:00-16:30			\$696	\$716		G8
G4	 兒童初班	4	4,11,18,25/6	六 Sat	09:00-10:30	25	\$696	\$716	G4		
G9		4	4,11,18,25/6		六 Sat	16:30-18:00	16	5歲或以上	\$696	\$716	G9
G5		4	7,14,21,28/6		一 Tue	16:30-18:00	25	5歲或以上	\$696	\$716	G5
G6		3	10,17,24/6 (3/6停)		五 Fri	15:30-17:00			\$522	\$542	G6
G7		4	4,11,18,25/6		六 Sat	10:30-12:00			\$696	\$716	G7
G10		5	2,9,16,23,30/6		四 Thu	16:30-18:00			導師指定學員	\$870	\$890
G11		4	4,11,18,25/6		六 Sat	16:30-18:00	\$696	\$716	G11		

* 學滿3個月需穿體操衣上課。(如需購買可向教練查詢)

彈網 Trampoline

E8	 兒童彈網班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	15:30-17:00	18	5歲或以上	\$696	\$716	Smartie Sport Company	E8
E1		4	7,14,21,28/6		17:00-18:30			\$696	\$716		E1
E2		4	7,14,21,28/6		18:30-20:00			\$696	\$716		E2
E3		4	4,11,18,25/6	六 Sat	09:00-10:30			\$696	\$716		E3
E4		4	4,11,18,25/6		10:30-12:00			\$696	\$716		E4
E5		4	4,11,18,25/6		15:00-16:30			\$696	\$716		E5
E6		4	4,11,18,25/6		16:30-18:00			18	3歲以上		\$696

成人彈網 Adult Trampoline

E7	成人班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	18:00-20:00	12	18歲或以上	\$928	\$948	Smartie Sport Company	E7
----	-----	---	--------------	----------	-------------	----	--------	-------	-------	-----------------------	----

精英班 Elite Gymnastics

TPSA1	男子精英體操	4	7,14,21,28/6	二 Tue	18:00-20:00	20	導師指定學員	\$848	---	Smartie Sport Company	TPSA1
TPSA2	女子精英體操	4	7,14,21,28/6	二 Tue	18:00-20:00			\$848	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	4	7,14,21,28/6	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$848	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		4	4,11,18,25/6	六 Sat				\$848	---		TPSA 6

足毬 Shuttlecock

SHC1	初階班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$300	\$320	翱昇體育會	SHC1
SHC2		4	7,14,21,28/6	二 Tue	21:00-22:00			\$300	\$320		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		6月份停課	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$0	\$0	---	李玉芳	Y5
Y6			6月份停課		09:00-10:30			\$0	\$0	---		Y6
Y14			6月份停課		10:30-12:00			\$0	\$0	---		Y14
Y11		4	6,13,20,27/6	二 Tue	18:30-20:00	35		\$320	\$340	---	蔡月蘭	Y11
Y9		4	6,13,20,27/6		20:00-21:30			\$320	\$340	---		Y9
Y19		4	7,14,21,28/6	二 Tue	09:00-10:30	28		\$360	\$380	\$120	洪梅	Y19
Y17		4	7,14,21,28/6		10:30-12:00			\$360	\$380	\$120		Y17
Y1		8	1,8,10,15,17,22,24,29/6 (3/6停)	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	25		\$400	\$420	\$70	歐陽麗娟	Y1
Y2		8	1,8,10,15,17,22,24,29/6 (3/6停)		09:00-10:30			\$480	\$500	\$80		Y2
Y12		8	1,8,10,15,17,22,24,29/6 (3/6停)		10:30-12:00			\$720	\$740	\$120		洪梅
Y7		5	1,8,15,22,29/6	三 Wed	18:30-20:00	35		\$400	\$420	---	蔡月蘭	Y7
Y8		5	1,8,15,22,29/6		20:00-21:30			\$400	\$420	---		Y8
Y22			6月份停課	四 Thu	09:00-10:30	25		\$0	\$0	---	李玉芳	Y22
Y21		5	2,9,16,23,30/6		10:30-12:00			\$450	\$470	\$120		洪梅
Y15		4	4,11,18,25/6	六 Sat	14:00-15:30	28		\$400	\$420	\$135		Y15

普拉提 Pilates												
PY3	基礎初班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	19:00-21:00	35	12歲以上	\$480	\$500	\$150	李夏妹	PY3

伸展運動 Stretching Exercises												
SE4	伸展健體班	4	7,14,21,28/6	二 Tue	09:00-10:30	15	12歲以上	\$380	\$400	\$130	陳麗娟	SE4
SE7		4	7,14,21,28/6		10:30-12:00			\$380	\$400	\$130		SE7
SE8		5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	15:00-16:30			\$475	\$495	\$130		SE8

游泳 Swimming :												
STP3	恆常班	23	04/6 - 05/11/2022 (1/10 照上堂) 共23堂	六 Sat	12:30-13:30	30人	3歲或以上	\$3,335	\$3,355		史丹福游泳學校導師	STP3
STP16		0	取消		13:30-14:30			\$0	\$0			STP16
STP4		23	04/6 - 05/11/2022 (1/10 照上堂) 共23堂		14:30-15:30			\$3,335	\$3,355			STP4
STP17		0	取消		15:30 - 16:30			\$0	\$0			STP17
STP5		23	04/6 - 05/11/2022 (1/10 照上堂) 共23堂		16:30-17:30			\$3,335	\$3,355			STP5
STP6		23	04/6 - 05/11/2022 (1/10 照上堂) 共23堂		17:30-18:30			\$3,335	\$3,355			STP6
STP7	恆常班	23	05/6 - 06/11/2022 共23堂	日 Sun	08:30-09:30	30人	3歲或以上	\$3,335	\$3,355		史丹福游泳學校導師	STP7
STP1		23	05/6 - 06/11/2022 共23堂		14:30-15:30			\$3,335	\$3,355			STP1
STP2		23	05/6 - 06/11/2022 共23堂		15:30-16:30			\$3,335	\$3,355			STP2
STP9		23	05/6 - 06/11/2022 共23堂		16:30-17:30			\$3,335	\$3,355			STP9
STP13	恆常班	0	停開新班	六 Sat	13:00-14:00	30人	3歲或以上	\$0	\$0			STP13
STP14		0	停開新班		14:00-15:00			\$0	\$0			STP14
STP15		0	停開新班		15:00-16:00			\$0	\$0			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	4,11,18,25/6	六 Sat	08:30-10:00	30	10歲或以上	\$480	\$500	李凝姿	C6
C5	Grade 5	4	4,11,18,25/6		10:00-11:30		9歲或以上	\$460	\$480		C5
C1	Grade 2	4	4,11,18,25/6		11:30-12:30		5歲或以上	\$440	\$460		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	青少年中班	3	10,17,24/6 (3/6停)	五 Fri	16:00-17:30	20	6-10歲	\$360	\$380	飛躍舞蹈學院導師	L1
L4	初班	4	7,14,21,28/6	一 Tue	17:00-18:00			\$400	\$420		L4
L6		4	4,11,18,25/6	六 Sat	12:30-13:30			\$400	\$420		L6

舞蹈技巧班 Dance Skills

S4	兒童爵士舞初班	4	5,12,19,26/6	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	5,12,19,26/6		10:00-11:00		5-7歲	\$400	\$420		S5
S6	幼兒舞蹈班	3	16,23,30/6 (2/6&9/6停)	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$300	\$320		S6
S7	舞蹈 Play Group	3	16,23,30/6 (2/6&9/6停)		11:15-12:00	6	18個月-3歲	\$450	\$470		S7
S8	幼兒舞蹈班	3	16,23,30/6 (2/6&9/6停)		14:00-15:00	20	3-5歲	\$300	\$320		S8
S9	NEW 成人古風古典舞班	3	16,23,30/6 (2/6&9/6停)		20:00-21:30	20	15歲或以上	\$360	\$380		S9

排排舞 Line Dance

P1	高班	4	7,14,21,28/6	一 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$300	\$320	何雪華	P1
P2	中班	5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	11:00-12:30			\$375	\$395		P2
P3	初班	4	6,13,20,27/6	一 Mon	11:00-12:30			\$300	\$320		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	4	6,13,20,27/6	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$200	\$220	何雪華	A10
A2		4	6,13,20,27/6		10:00-11:00			\$200	\$220		A2
A13		4	7,14,21,28/6	二 Tue	09:00-10:00			\$200	\$220		A13
A14		4	7,14,21,28/6		10:00-11:00			\$200	\$220		A14
A1	初班	5	2,9,16,23,30/6	四 Thu	09:00-10:00			\$250	\$270		A1
A3		5	2,9,16,23,30/6		10:00-11:00			\$250	\$270		A3
A4		5	2,9,16,23,30/6		18:30-19:30	\$500	\$520	A4			
A5		5	2,9,16,23,30/6	19:30-20:30	\$500	\$520	香港排舞運動總會導師	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。

* 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								
B1	Beginners	09:00-09:45	Sat (六)	\$540	\$560	20	Age 3 or above	
B2		15:30-16:15						
B3		09:45-10:30 (舞蹈室)	Sun (日)					
B4		12:15-13:00						
B5	Pre - Primary	B5a 12:45-13:30	Sat (六)	\$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)	20	Age 5 or above	
		B5b 09:00-09:45 (舞蹈室)	Sun (日)					
		B5c 16:15-17:00						
	Beginners / Pre - Primary	B5d 15:15-16:00	Tue (二)					
B6	Primary	B6a 16:00-17:00	Tue (二)	\$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)	20	Age 6 or above	
		B6b 15:30-16:30	Thu (四)					
		B6c 09:45-10:45	Sat (六)					
		B6d 13:30-14:30						
		B6e 16:15-17:15						
		B6f 11:00-12:00 (活動室)	Sun (日)					
B7	Grade 1	16:30-17:30	Thu (四)	\$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)	20	導師指定學員	
		15:00-16:00	Fri (五)					
		14:30-15:30	Sat (六)					
		13:00-14:00	Sun (日)					
B8	Grade 2	16:00-17:00	Fri (五)	\$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)	20	導師指定學員	
		10:45-11:45	Sat (六)					
		13:00-14:00 (活動室)	Sun (日)					
B9	Grade 3	17:00-18:00	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)	20	導師指定學員	
		17:00-18:00	Fri (五)					
		12:00-13:00 (活動室)	Sun (日)					
B10	Grade 4	17:30-18:30	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)	20	導師指定學員	
		18:00-19:00	Fri (五)					
		11:45-12:45	Sat (六)					
B11	Grade 5	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)	20	導師指定學員	
		17:15-18:15	Sat (六)					
		15:15-16:15	Sun (日)					
B12	Grade 6	14:15-15:15	Sun (日)	\$800(1星期1堂) \$1,400(1星期2堂)	\$820(1星期1堂) \$1,420(1星期2堂)	20	導師指定學員	
		18:15-19:30	Sat (六)					
		18:15-19:30	Sat (六)					
B13	Major 1	10:30-11:45	Sun (日)	\$800(1星期1堂) \$1,400(1星期2堂) \$1,890(1星期3堂)	\$820(1星期1堂) \$1,420(1星期2堂) \$1,910(1星期3堂)	20	導師指定學員	
		18:30-20:00	Thu (四)					
		18:30-20:00	Thu (四)					
B14	Major 2	18:30-20:00	Thu (四)	\$800(1星期1堂) \$1,400(1星期2堂)	\$820(1星期1堂) \$1,420(1星期2堂)	20	導師指定學員	
		9:00-10:30	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。