

大埔體育會 蔡月蘭導師 合辦

瑜伽班 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	4,11,18,25/7	4	\$320	\$340
Y11		18:30-20:00	4,11,18,25/7	4	\$320	\$340
Y7	≡ Wed	18:30-20:00	6,13,20,27/7	4	\$320	\$340
Y8		20:00-21:30	6,13,20,27/7	4	\$320	\$340

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: Y7, Y8 活動室 Function Room

Y9, Y11 舞蹈室 Dance Room

名額: 20人

(因疫情仍未穩定, 為保障學員健康, 暫時調低收生人數)

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。