


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	3	9,16,30/1 (2/1&23/1停課)	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$390	\$410	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		4	6,13,20,27/1	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$420	\$440	余自明	BA4
BA7		4	5,12,19,26/1	四 Thu	18:00-19:30		9歲或以上	\$560	\$580	許寶田	BA7
BA10	技術改良班	4	5,12,19,26/1		19:30-21:30		13歲或以上	\$620	\$640		BA10

羽毛球種籽計劃											
BAS01A	入門訓練	3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	12:00-13:00	28	5-18歲	\$285	\$305	 香港羽毛球總會註冊教練	BAS01A
BAS02A	初級訓練	3	7,14,28/1 (21/1停課)		13:00-15:00		9-18歲	\$375	\$395		BAS02A
BAS03A	中級訓練	3	7,14,28/1 (21/1停課)		10:00-12:00		12歲以上	\$405	\$425		BAS03A
BAS01B	入門訓練	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$285	\$305		BAS01B
BAS01C		3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		09:00-10:00	28	5-18歲	\$285	\$305		BAS01C
BAS02B	初級訓練	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		11:00-13:00	28	9-18歲	\$375	\$395		BAS02B

*直接報初級、中級及高級訓練之新學員必需於第一堂進行測試，合格方可參加。

網球 Tennis											
T1	青少年網球進階班	7	9,16,30/1 & 6,13,20,27/2 (2 & 23/1 停課)	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$1,260	\$1,360	 合辦網球學院教練	T1
T2	青少年網球中班	0	1月暫停收生	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	7	27/1, 3,10,17, 24/2, 3/3 & 10/3 < 6 & 20/1 舊生補課 >	五 Fri	17:00-19:00		6-10歲	\$1,260	\$1,360		T3
T4	青少年網球初級班	7	27/1, 3,10,17, 24/2, 3/3 & 10/3 < 6 & 20/1 舊生補課 >	五 Fri	17:00-19:00		10-17歲	\$1,260	\$1,360		T4
T5	兒童及青少年網球初級班	7	7,14,28/1 & 4,11,18,25/2 (21/1 停課)	六 Sat	18:00-20:00		6-17歲	\$1,260	\$1,360		T5
T7	兒童室內小型網球班	7	9,16,30/1 & 6,13,20,27/2 (2 & 23/1 停課)	一 Mon	16:30-18:00	8	5-7歲	\$1,050	\$1,150		T7
T9	NEW 成人網球中班	7	4,11,18/1 & 1,8,15,22/2 (25/1 停課)	三 Wed	20:00-22:00	8	18 - 65歲	\$2,380	\$2,480		T9
T15	成人網球初班	7	9,16,30/1 & 6,13,20,27/2 (2 & 23/1 停課)	一 Mon	21:00-23:00	6	18歲以上	\$2,380	\$2,480		T15

籃球 Basketball											
R5	幼童中階班	3	4,11,18/1 (25/1停課)	三 Wed	16:00-17:00	15	5-8歲	\$480	\$500	蔡駿賢教練	R5
R1	青少年班	3	4,11,18/1 (25/1停課)		17:00-19:00		12-17歲	\$570	\$590		R1
R2	兒童班	4	6,13,20,27/1	五 Fri	17:00-19:00		9-13歲	\$780	\$800		蔡駿賢教練 / 其他合資格教練
R10	幼童初階班	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)	日 Sun	08:00-09:00	12	5-8歲	\$480	\$500	蔡駿賢教練	R10
R6	兒童班	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		13:00-15:00	20-23	9-13歲	\$585	\$605		R6
R3	幼童中階班	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		15:00-16:00	15	5-8歲	\$480	\$500	蔡駿賢教練 / 其他合資格教練	R3
R4		3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		16:00-17:00		5-8歲	\$480	\$500		R4

* 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

Table with columns: 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. Includes Football courses (FB2-FB9) with details on dates, times, and fees.

Table with columns: 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. Includes Rugby courses (RBM, RBY).

Table with columns: 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. Includes Table Tennis courses (TT2-TT8).

Table with columns: 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. Includes Fitness Exercise courses (F1-F16).

Table with columns: 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. Includes Taekwondo courses (TK1-TK3).

Table with columns: 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. Includes Karate courses (KO1-KO6).

Table with columns: 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. Includes Wushu courses (WS1, WS2).

Table with columns: 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. Includes Pak Mei Kung Fu course (WS5).

Table with columns: 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. Includes Wing Chun courses (W1, 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 Lessons	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)	3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	17:00-18:00	20	5-12歲	\$300	\$320	中國香港跳繩體育聯合會教練	RS1
RS2	花式跳繩 (興趣班)	3	7,14,28/1 (21/1停課)		14:00-15:00	20		\$300	\$320		RS2



競技體操 Artistic Gymnastics

G1	 幼兒初班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$696	\$716		G1	
G2		3	5,12,19/1 (26/1停課)	四 Thu	15:00-16:30			\$522	\$542		G2	
G3		4	6,13,20,27/1	五 Fri	14:00-15:30			\$696	\$716		G3	
G8		3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	15:00-16:30	25	\$522	\$542	G8			
G4		3	7,14,28/1 (21/1停課)		09:00-10:30	25	\$522	\$542	G4			
G9		 兒童初班	3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	16:30-18:00	16	5歲或以上	\$522	\$542	Smartie Sport Company	G9
G5			4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	一 Tue	16:30-18:00	25	5歲或以上	\$696	\$716		G5
G6			4	6,13,20,27/1	五 Fri	15:30-17:00			\$696	\$716		G6
G7			3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	10:30-12:00			\$522	\$542		G7
G10			兒童中班	3	5,12,19/1 (26/1停課)	四 Thu	16:30-18:00	導師指定學員	\$522	\$542		
G11	3			7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	16:30-18:00	\$522		\$542	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)

彈網 Trampoline

E8	 兒童彈網班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	15:30-17:00	18	5歲或以上	\$696	\$716		E8
E1		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)		17:00-18:30	20		\$696	\$716		E1
E2		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)		18:30-20:00	18		5歲或以上	\$696		\$716
E3		3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	09:00-10:30		\$522		\$542	E3	
E4		3	7,14,28/1 (21/1停課)	10:30-12:00	\$522		\$542		E4		
E5		3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	15:00-16:30	\$522	\$542	E5			
E6	3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	16:30-18:00	15	3歲或以上	\$522	\$542	E6		

成人彈網 Adult Trampoline

E7	成人班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	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	3,10,17,31/1 (24/1停課)	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	3,10,17,31/1 (24/1停課)	一 Tue	18:00-20:00			\$848	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$848	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat				\$636	---		TPSA 6

足毬 Shuttlecock

SHC1	初階班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$300	\$320	翱昇體育會	SHC1
SHC2		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	一 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。



大埔體育會

會員優先報名：11/12/2022
公開報名：12/12/2022

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

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	
Y5	瑜伽 Yoga	1	9/1 (2,16,23,30/1停課)	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$65	\$0	---	李玉芳	Y5	
Y6		1	9/1 (2,16,23,30/1停課)		09:00-10:30			Y6					
Y14		1	9/1 (2,16,23,30/1停課)		10:30-12:00			Y14					
Y28	Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	9,16,30/1 (2/1 & 23/1停課)	一 Mon	09:00-10:00	20	\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y28		
Y10	瑜伽 Yoga	3	9,16,30/1 (2/1 & 23/1停課)		17:30-18:30	20	\$195	\$215	---		蔡月蘭	Y10	
Y11		3	9,16,30/1 (2/1 & 23/1停課)		18:30-20:00		\$300	\$320	---			Y11	
Y19		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	09:00-10:30		28	\$360	\$380	\$120		洪梅	Y19
Y17	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	10:30-12:00		\$360	\$380		\$120	Y17				
Y7	瑜伽 Yoga	3	4,11,18/1 (25/1停課)	三 Wed	18:30-20:00	20	\$300	\$320	---	蔡月蘭	Y7		
Y8		3	4,11,18/1 (25/1停課)		20:00-21:30		\$300	\$320	---		Y8		
Y1		My Ring Yoga 瑜珈環	7	4,6,11,13,18,20,27/1 (25/1停課)	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	25	\$350	\$370	\$70	歐陽麗娟	Y1	
Y2	7		4,6,11,13,18,20,27/1 (25/1停課)	09:00-10:30		\$420		\$440	\$80	Y2			
Y12	Wheel Yoga 瑜珈輪		3	4,11,18/1 (25/1停課)	三 Wed	10:30-12:00	20	\$270	\$290	\$120	洪梅	Y12	
Y13		4	6,13,20,27/1	五 Fri		10:30-12:00		\$360	\$380	\$120		Y13	
Y23		Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	5,12,19/1 (26/1停課)	四 Thu	09:30-10:30	20	\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y23	
Y24	3		5,12,19/1 (26/1停課)	11:00-12:00		\$360		\$380	\$140	Y24			
Y25	3		5,12,19/1 (26/1停課)	20:30-21:30		\$300		\$320	\$120	Y25			
Y21	瑜伽 Yoga	4	5,12,19,26/1	五 Fri	10:30-12:00	28	\$360	\$380	\$120	洪梅	Y21		
Y26	Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	6,13,20/1 (27/1停課)		19:30-20:30		20	\$300	\$320		\$120	劉小琴	Y26
Y27	Wheel Yoga 瑜珈輪	3	6,13,20/1 (27/1停課)		20:30-21:30			\$360	\$380		\$140		Y27
Y15	瑜伽 Yoga	3	7,14,28/1 (21/1停課)	六 Sat	14:00-15:30	28	\$300	\$320	\$135	洪梅	Y15		

*參加 Y23 My Ring Yoga 必須穿長褲及帶備毛巾上課。

普拉提 Pilates												
PY3	基礎初班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	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	基礎班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	09:00-10:30	20	12歲以上	\$400	\$420	\$130	陳麗娟	SE4
SE7	伸展健體班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)		10:30-12:00			\$400	\$420	\$130		SE7
SE8		3	12,19,26/1 (5/1停課)	四 Thu	15:00-16:30	\$300	\$320	\$130	SE8			

游泳 Swimming :												
STP20	恆常班	0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班	五 Fri	18:00-19:00	30	3歲或以上	\$0	\$0		史丹福游泳學校導師	STP20
STP21		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		19:00-20:00			STP21				
STP22		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		20:00-21:00			STP22				
STP3	恆常班	0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班	六 Sat	12:30-13:30	30	3歲或以上	\$0	\$0		史丹福游泳學校導師	STP3
STP16		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		13:30-14:30			STP16				
STP4		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		14:30-15:30			STP4				
STP17		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		15:30-16:30			STP17				
STP5		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		16:30-17:30			STP5				
STP6		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		17:30-18:30			STP6				
STP7	恆常班	0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班	日 Sun	08:30-09:30	30	3歲或以上	\$0	\$0		史丹福游泳學校導師	STP7
STP8		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		11:30-12:30			STP8				
STP23		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		13:30-14:30			STP23				
STP1		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		14:30-15:30			STP1				
STP2		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		15:30-16:30			STP2				
STP9		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		16:30-17:30			STP9				
STP12	恆常班	0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班	六 Sat	11:00-12:00	30	3歲或以上	\$0	\$0		史丹福游泳學校導師	STP12
STP14		0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班		14:00-15:00			\$0	\$0	STP14		

成人泳班 Adult Swimming :													
STP31	NEW	恆常班	0	暫定收生,直至2023年2月,再出3月上課的泳班	日 Sun	09:30-10:30	4	18歲或以上	\$0	\$0		史丹福游泳學校導師	STP31

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。 墨爾文國際學校: 暫時未有開池日期, 故暫不收生。 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



訓練班 Courses

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lessons	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		1月份停課	六 Sat	10:00-11:30	30	10歲或以上	\$0	\$20	李凝姿	C6
C1	Grade 2		1月份停課		11:30-12:30		5歲或以上	\$0	\$20		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	青少年中班	3	6,13,20/1 (27/1停課)	五 Fri	16:00-17:30	20	6-10歲	\$360	\$380	飛躍舞蹈學院導師	L1
L6	初班	2	7,14/1 (21/1 & 28/1停課)	六 Sat	12:30-13:30		5-8歲	\$200	\$220		L6

舞蹈技巧班 Dance Skills


S4	兒童爵士舞初班	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)	日 Sun	08:30-9:30	20	3-5歲	\$300	\$0	鍾家欣	S4
S5	兒童爵士舞中班	3	8,15,29/1 (1/1, 22/1停課)		10:00-11:00		5-7歲	\$300	\$0		S5
S6	幼兒舞蹈班	4	5,12,19,26/1	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$400	\$420		S6
S7	舞蹈 Play Group	4	5,12,19,26/1		11:15-12:00	6	18個月-3歲	\$600	\$620		S7
S8	幼兒舞蹈班	4	5,12,19,26/1		14:00-15:00	20	3-5歲	\$400	\$420		S8
S9	成人古風古典舞班	4	5,12,19,26/1		20:00-21:30	20	15歲或以上	\$480	\$500		S9

排排舞 Line Dance

P1	高班	4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$300	\$320	何雪華	P1
P2	中班	4	5,12,19,26/1	四 Thu	11:00-12:30			\$300	\$320		P2
P3	初班	3	9,16,30/1 (2/1&23/1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	9,16,30/1 (2/1&23/1停課)	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$150	\$170	何雪華	A10
A2		3	9,16,30/1 (2/1&23/1停課)		10:00-11:00			\$150	\$170		A2
A13		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)	二 Tue	09:00-10:00			\$200	\$220		A13
A14		4	3,10,17,31/1 (24/1停課)		10:00-11:00			\$200	\$220		A14
A1		4	5,12,19,26/1	四 Thu	09:00-10:00			\$200	\$220		A1
A3		4	5,12,19,26/1		10:00-11:00			\$200	\$220		A3

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。

基本電腦賽車課程 Basic eSports Racing Course

ER1	入門班	3	4,11,18/1 (25/1停課)	三 Wed	18:00-19:30	6	12歲或以上 (參加者身高需要至少140cm)	\$900	\$920	香港賽車學校導師	ER1
ER2		3	4,11,18/1 (25/1停課)		20:00-21:30			\$900	\$920		ER2

小型飛機 STEM 模擬飛行駕駛課程 STEM Flight Simulator Course

EF1	中班 (必須完成初班課程才可報讀)	3	4,11,18/1 (25/1停課)	三 Wed	18:15-19:15	8	9歲-12歲	\$900	\$920	航飛有限公司導師	EF1
EF2	高班 (必須完成中課程才可報讀)	3	4,11,18/1 (25/1停課)		19:30-20:30			\$900	\$920		EF2
EF3	初階	3	4,11,18/1 (25/1停課)		20:45-21:45			\$900	\$920		EF3

波音飛行 Boeing 737

EF4	初級班	4	6,13,20,27/1	五 Fri	18:15-19:15	4	16歲或以上	\$2,000	\$2,020	航飛有限公司導師	EF4
-----	-----	---	--------------	----------	-------------	---	--------	---------	---------	----------	-----

* 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

訓練班 Courses

會員優先報名：11/12/2022
公開報名：12/12/2022

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								
B1	Beginners	09:45-10:30 (舞蹈室)	Sat (六)	\$600	\$620	20	Age 3 or above	毛妹芭蕾舞學校導師
B2		16:00-16:45	Sat (六)					
B3		11:45-12:30	Sun (日)					
B4	Beginners / Pre - Primary	B4a	15:15-16:00	Tue (二)	\$630(1星期1堂) \$1,200(1星期2堂)	\$650(1星期1堂) \$1,220(1星期2堂)	Age 5 or above	
		B4b	15:15-16:00	Fri (五)				
	Pre - Primary	B4c	09:00-09:45 (舞蹈室)	Sat (六)				
		B4d	16:45-17:30	Sat (六)				
		B4e	12:30-13:15	Sun (日)				
B5	Primary	B5a	16:00-17:00	Tue (二)	\$660(1星期1堂) \$1,230(1星期2堂)	\$680(1星期1堂) \$1,250(1星期2堂)	Age 6 or above	
		B5b	09:00-10:00	Sat (六)				
		B5c	13:00-14:00	Sat (六)				
		B5d	17:30-18:30	Sat (六)				
		B5e	13:15-14:15	Sun (日)				
B6	Grade 1	17:00-18:00	Tue (二)	\$690(1星期1堂) \$1,260(1星期2堂)	\$710(1星期1堂) \$1,280(1星期2堂)	導師指定學員		
		16:30-17:30	Thu (四)					
		10:00-11:00	Sat (六)					
		14:00-15:00	Sat (六)					
		14:15-15:15	Sun (日)					
B7	Grade 2	16:00-17:00	Fri (五)	\$720(1星期1堂) \$1,290(1星期2堂)	\$740(1星期1堂) \$1,310(1星期2堂)			
		15:00-16:00	Sat (六)					
		15:15-16:15	Sun (日)					
B8	Grade 3	17:00-18:00	Fri (五)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		11:00-12:00	Sat (六)					
		13:00-14:00 (活動室)	Sun (日)					
B9	Grade 4	18:00-19:00	Tue (二)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		18:00-19:00	Fri (五)					
		12:00-13:00 (活動室)	Sun (日)					
B10	Grade 5	17:30-19:00	Thu (四)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		12:00-13:00	Sat (六)					
B11	Inter Foundation / Grade 6	19:00-20:15	Tue (二)	\$880(1星期1堂) \$1,540(1星期2堂) \$2,080(1星期3堂)	\$900(1星期1堂) \$1,560(1星期2堂) \$2,100(1星期3堂)			
		19:00-20:15	Fri (五)					
		18:30-19:45	Sat (六)					
B12	Majors	19:00-20:15	Thu (四)	\$880(1星期1堂) \$1,540(1星期2堂)	\$900(1星期1堂) \$1,560(1星期2堂)			
		10:30-11:45	Sun (日)					
<p>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。</p> <p>* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之藍報欄及詢問處公佈資料為準，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>								