




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	6,13,20,27/02	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$520	\$540	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		4	03,10,17,24/02	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$420	\$440	余自明	BA4
BA7		4	02,09,16,23/02	四 Thu	18:00-19:30		9歲或以上	\$560	\$580	許寶田	BA7
BA10		4	02,09,16,23/02		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	04,11,18,25/02	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	04,11,18,25/02		13:00-15:00		9-18歲	\$500	\$520		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	04,11,18,25/02		10:00-12:00		12歲以上	\$540	\$560		BAS03A
BAS01B	入門訓練	4	05,12,19,26/02	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$380	\$400		BAS01B
BAS01C		4	05,12,19,26/02		09:00-10:00		5-18歲	\$380	\$400		BAS01C
BAS02B	初級訓練	4	05,12,19,26/02		11:00-13:00		28	9-18歲	\$500		\$520

*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	11	8,15,22/2 ; 1,8,15,22,29/3 & 12,19,26/4 (01/2舊生補課)	三 Wed	17:00-19:00	16人 (低於4人不開班)	10-17歲	\$1,980	\$2,080		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	4	01,08,15,22/02	三 Wed	16:00-17:00	15	5-8歲	\$640	\$660	蔡駿賢教練	R5
R1	青少年班	4	01,08,15,22/02		17:00-19:00		20-23	12-17歲	\$760		\$780
R2	兒童班	4	03,10,17,24/02	五 Fri	17:00-19:00	12		9-13歲	\$780	\$800	蔡駿賢教練 / 其他合資格教練
R10	幼童初階班	4	05,12,19,26/02	日 Sun	08:00-09:00		5-8歲	\$640	\$660	蔡駿賢教練	R10
R6	兒童班	4	05,12,19,26/02		13:00-15:00		20-23	9-13歲	\$780		\$800
R3	幼童中階班	4	05,12,19,26/02		15:00-16:00		15	5-8歲	\$640	\$660	蔡駿賢教練 / 其他合資格教練
R4		4	05,12,19,26/02		16:00-17:00	5-8歲		\$640	\$660	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

編號 Code	活動名稱 Course	課數 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
足球 Football											
FB2	星期五恆常班	4	3,10,17 & 24/2	五 Fri	17:00-18:30	先到先得	3-12歲以下	\$560	\$580		FB2
FB3	星期六恆常班上午班	4	4,11,18 & 25/2	六 Sat	09:00-10:30		3-12歲以下	\$560	\$580		FB3
FB1	星期六恆常班下午班	4	4,11,18 & 25/2	六 Sat	16:30-18:00		3-12歲以下	\$560	\$580		FB1
FB5	星期日恆常上午班	3	12,19 & 26/2	日 Sun	9:00-10:30		3-12歲以下	\$420	\$440		FB5
FB7	星期一室內足球班	4	6,13,20 & 27/2	一 Mon	16:30-17:45		只收5-8歲	\$680	\$700		FB7
FB9	NEW 星期三足球班	0	2月停課	三 Wed	18:00-19:30		3-12歲以下	\$0	\$20		FB10
欖球 Rugby											
RBM	兒童班	0	2月停課	四 Thu	18:00-19:30	30人,最少10人才開班	4-11歲	\$0	\$20	香港欖球總會註冊教練	RBM
RBY	青少年班	0	2月停課	四 Thu	18:00-19:30		12-17歲	\$0	\$20		RBY
乒乓球 Table-Tennis											
TT2	入門班	4	02,09,16,23/02	四 Thu	17:00-19:00	20	5-17歲	\$720	\$740	中國香港乒乓球學校導師	TT2
TT3		4	02,09,16,23/02	四 Thu	14:00-16:00			\$720	\$740		TT3
TT4		4	01,08,15,22/02	三 Wed	14:00-16:00			\$720	\$740		TT4
TT10		4	04,11,18,25/02	六 Sat	17:30-19:30			\$720	\$740		TT10
TT5	幼童班	4	6,13,20,27/02	一 Mon	09:00-10:00	6	3-7歲	\$480	\$500		TT5
TT6		4	6,13,20,27/02	一 Mon	10:00-11:00			\$480	\$500		TT6
TT7		4	01,08,15,22/02	三 Wed	09:00-10:00			\$480	\$500		TT7
TT8		4	01,08,15,22/02	三 Wed	10:00-11:00			\$480	\$500		TT8
器械健體 Fitness Exercise											
F1	器械健體	8	03,07,10,14,17,21,24,28/02	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$240	\$260	宋國文	F1
F2		8	02,07,09,14,16,21,23,28/02	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$240	\$260		F2
F3		4	05,12,19,26/02	日 Sun	10:30-11:30			\$160	\$180	郝靜英	F3
F11	婦女健體班	8	02,07,09,14,16,21,23,28/02	二及四 Tue&Thu	9:00-10:30			\$120	\$140		F11
F12		8	02,07,09,14,16,21,23,28/02	二及四 Tue&Thu	10:30-12:00			\$120	\$140		F12
F13	清晨健體班	8	03,06,10,13,17,20,24,27/02	一及五 Mon&Fri	9:00-10:30			\$120	\$140		本會健身導師
F14		8	03,06,10,13,17,20,24,27/02	一及五 Mon&Fri	10:30-12:00	\$120	\$140	F14			
F15		8	01,04,08,11,15,18,22,25/02	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30	\$120	\$140	F15			
F16		8	01,04,08,11,15,18,22,25/02	三及六 Wed&Sat	10:30-12:00	\$120	\$140	F16			
跆拳道 Taekwondo											
TK1	兒童班	4	03,10,17,24/02	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$200	\$220		TK1
TK2	成人班	4	03,10,17,24/02		20:30-22:00		\$200	\$220	TK2		
TK3	跆拳道班	4	05,12,19,26/02	日 Sun	09:30-11:00	20	6歲或以上	\$200	\$220		香港跆拳道正道館教練
空手道 Karate											
KO1	入門班	4	05,12,19,26/02	日 Sun	11:00-12:30	25	5歲或以上	\$400	\$420	沖繩剛柔流空手道協會	KO1
KO2	幼兒班	4	05,12,19,26/02		13:00-14:30		3-5歲	\$400	\$420		KO2
KO3	形班	4	05,12,19,26/02		15:30-17:00		5歲或以上	\$400	\$420		KO3
KO4	入門班	4	05,12,19,26/02		09:30-11:00			\$400	\$420		KO4
KO5		4	04,11,18,25/02	六 Sat	15:30-17:00			\$400	\$420		KO5
KO6	組手班	4	01,08,15,22/02	三 Wed	16:30-18:00			\$400	\$420		KO6
武術 Wushu											
WS1	初班	4	05,12,19,26/02	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	05,12,19,26/02		18:00-19:00			\$500	\$520		WS2
白眉功夫 Pak Mei Kung Fu											
WS5	白眉拳班	4	6,13,20,27/02	一 Mon	20:00-21:30	20	6歲或以上	\$360	\$380	嚴少強師傅	WS5
詠春 Wing Chun											
W1	成人詠春班	4	6,13,20,27/02	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	04,11,18,25/02	六 Sat	11:30-13:00		6-15歲	\$500	\$520		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 (梯隊訓練) Rope Skipping

RS1	花式跳繩 (初階班)	4	04,11,18,25/02	六 Sat	17:00-18:00	18	5-12歲	\$460	\$480	中國香港跳繩 體育聯合會教練	RS1
RS2	花式跳繩 (興趣班)	4	04,11,18,25/02		14:00-15:00			\$460	\$480		RS2


競技體操 Artistic Gymnastics

G1		4	07,14,21,28/02	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$696	\$716	Smartie Sport Company	G1
G2		4	02,09,16,23/02	四 Thu	15:00-16:30			\$696	\$716		G2
G3		4	03,10,17,24/02	五 Fri	14:00-15:30	\$696	\$716	G3			
G8		4	04,11,18,25/02	六 Sat	15:00-16:30	25	\$696	\$716	G8		
G4		4	04,11,18,25/02		09:00-10:30	25	\$696	\$716	G4		
G9		4	04,11,18,25/02	六 Sat	16:30-18:00	16	5歲或以上	\$696	\$716		G9
G5		4	07,14,21,28/02	二 Tue	16:30-18:00	25	5歲或以上	\$696	\$716		G5
G6		4	03,10,17,24/02	五 Fri	15:30-17:00			\$696	\$716		G6
G7		4	04,11,18,25/02	六 Sat	10:30-12:00	\$696	\$716	G7			
G10		4	02,09,16,23/02	四 Thu	16:30-18:00	導師指定學員	\$696	\$716	G10		
G11		4	04,11,18,25/02	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)

* 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		4	07,14,21,28/02	二 Tue	15:30-17:00	18	5歲或以上	\$696	\$716	Smartie Sport Company	E8	
E1		4	07,14,21,28/02		17:00-18:30			20	\$696		\$716	E1
E2		4	07,14,21,28/02		18:30-20:00			六 Sat	18		5歲或以上	\$696
E3		4	04,11,18,25/02	09:00-10:30	\$696	\$716	E3					
E4		4	04,11,18,25/02	10:30-12:00	\$696	\$716	E4					
E5		4	04,11,18,25/02	15:00-16:30	\$696	\$716	E5					
E6		4	04,11,18,25/02	16:30-18:00	15	3歲以上	\$696	\$716	E6			

成人彈網 Adult Trampoline

E7	成人班	4	07,14,21,28/02	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	07,14,21,28/02	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	07,14,21,28/02	二 Tue	18:00-20:00			\$848	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	4	07,14,21,28/02	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$848	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		4	04,11,18,25/02	六 Sat				\$848	---		TPSA 6

足毬 Shuttlecock

SHC1	初階班	4	07,14,21,28/02	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$300	\$320	翱昇體育會	SHC1
SHC2		4	07,14,21,28/02	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	4	6,13,20,27/02	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$260	\$0	---	李玉芳	Y5
Y6		4	6,13,20,27/02		09:00-10:30			\$280	\$0	---		Y6
Y14		4	6,13,20,27/02		10:30-12:00			\$280	\$0	---		Y14
Y28	Slim Yoga 瘦身瑜珈	4	6,13,20,27/02	一 Mon	09:00-10:00	20	12歲或以上	\$400	\$420	\$120	劉小琴	Y28
Y10	Slim Yoga 瘦身瑜珈	4	6,13,20,27/02		17:30-18:30	\$260		\$280	---	蔡月蘭	Y10	
Y11		4	6,13,20,27/02	18:30-20:00	\$400	\$420	---	Y11				
Y19	瑜伽 Yoga	4	07,14,21,28/02	二 Tue	09:00-10:30	28	12歲或以上	\$360	\$380	\$120	洪梅	Y19
Y17		4	07,14,21,28/02		10:30-12:00			\$360	\$380	\$120		Y17
Y7	瑜伽 Yoga	4	01,08,15,22/02	三 Wed	18:30-20:00	20	12歲或以上	\$400	\$420	---	蔡月蘭	Y7
Y8		4	01,08,15,22/02		20:00-21:30			\$400	\$420	---		Y8
Y1	瑜伽 Yoga	8	01,03,08,10,15,17,22,24/02	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$400	\$420	\$70	歐陽麗娟	Y1
Y2		8	01,03,08,10,15,17,22,24/02		09:00-10:30			\$480	\$500	\$80		Y2
Y12	瑜伽 Yoga	4	01,08,15,22/02	三 Wed 五 Fri	10:30-12:00	20	12歲或以上	\$360	\$380	\$120	洪梅	Y12
Y13		4	03,10,17,24/02		10:30-12:00			\$360	\$380	\$120		Y13
Y23	My Ring Yoga 瑜珈環	4	02,09,16,23/02	四 Thu	09:30-10:30	20	12歲或以上	\$400	\$420	\$120	劉小琴	Y23
Y24	Wheel Yoga 瑜珈輪	4	02,09,16,23/02		11:00-12:00			\$480	\$500	\$140		Y24
Y25	Slim Yoga 瘦身瑜珈	4	02,09,16,23/02		20:30-21:30			\$400	\$420	\$120		Y25
Y21	瑜伽 Yoga	4	02,09,16,23/02	四 Thu	10:30-12:00	28	12歲或以上	\$360	\$380	\$120	洪梅	Y21
Y26	Slim Yoga 瘦身瑜珈	4	03,10,17,24/02		19:30-20:30			\$400	\$420	\$120		劉小琴
Y27	Wheel Yoga 瑜珈輪	4	03,10,17,24/02	五 Fri	20:30-21:30	20	12歲或以上	\$480	\$500	\$140	劉小琴	
Y15	瑜伽 Yoga	4	04,11,18,25/02	六 Sat	14:00-15:30	28		\$400	\$420	\$135		洪梅

*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	07,14,21,28/02	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	07,14,21,28/02	二 Tue	09:00-10:30	20	12歲以上	\$400	\$420	\$130	陳麗娟	SE4
SE7	進階班	4	07,14,21,28/02		10:30-12:00			\$400	\$420	\$130		SE7
SE8	基礎班	4	02,09,16,23/02	四 Thu	15:00-16:30	20	12歲以上	\$400	\$420	\$130	陳麗娟	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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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			\$0	\$0			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

* 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	課數 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	4	04,11,18,25/02	六 Sat	10:00-11:30	30	10歲或以上	\$480	\$500	李凝姿	C6
C1	Grade 2	4	04,11,18,25/02		11:30-12:30		5歲或以上	\$440	\$460		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	青少年中班	4	03,10,17,24/02	五 六 Sat	16:00-17:30	20	6-10歲	\$480	\$500	飛躍舞蹈學院導師	L1
L6	初班	4	04,11,18,25/02		12:30-13:30		5-8歲	\$400	\$420		L6

舞蹈技巧班 Dance Skills


S4	兒童爵士舞初班	4	05,12,19,26/02	日 Sun	08:30-9:30	20	3-5歲	\$400	\$420	鍾家欣	S4	
S5	兒童爵士舞中班	4	05,12,19,26/02		10:00-11:00		5-7歲	\$400	\$420		S5	
S6	幼兒舞蹈班	4	02,09,16,23/02	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$400	\$420		S6	
S7	舞蹈 Play Group	4	02,09,16,23/02		11:15-12:00		6	18個月-3歲	\$600		\$620	S7
S8	幼兒舞蹈班	4	02,09,16,23/02		14:00-15:00		20	3-5歲	\$400		\$420	S8
S9	成人古風古典舞班	4	02,09,16,23/02		20:00-21:30		20	15歲或以上	\$480		\$500	S9

排排舞 Line Dance

P1	高班	4	07,14,21,28/02	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$300	\$320	何雪華	P1
P2	中班	4	02,09,16,23/02	四 Thu	11:00-12:30			\$300	\$320		P2
P3	初班	4	6,13,20,27/02	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	6,13,20,27/02	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$200	\$220	何雪華	A10
A2		4	6,13,20,27/02		10:00-11:00			A2			
A13		4	07,14,21,28/02	二 Tue	09:00-10:00			\$200	\$220		A13
A14		4	07,14,21,28/02		10:00-11:00			\$200	\$220		A14
A1		4	02,09,16,23/02	四 Thu	09:00-10:00			\$200	\$220		A1
A3		4	02,09,16,23/02		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。

基本電競賽車課程 Basic eSports Racing Course

ER1	入門班	3	08,15,22/02 (01/02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	08,15,22/02 (01/02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)	4	01,08,15,22/02	三 Wed	18:15-19:15	8	9歲-12歲	\$1,200	\$1,220	航飛有限公司導師	EF1
EF2	高班 (必須完成中課程才可報讀)	4	01,08,15,22/02		19:30-20:30			\$1,200	\$1,220		EF2
EF3	初階	4	01,08,15,22/02		20:45-21:45			\$1,200	\$1,220		EF3

波音飛行 Boeing 737

EF4	初級班	4	03,10,17,24/02	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。



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)	20	Age 5 or above	
	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)	20	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	B6a 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)	20	導師指定學員	
		B6b 16:30-17:30	Thu (四)					
		B6c 10:00-11:00	Sat (六)					
		B6d 14:00-15:00	Sat (六)					
		B6e 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)	20	導師指定學員	
		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)	20	導師指定學員	
		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)	20	導師指定學員	
		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)	20	導師指定學員	
		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)	20	導師指定學員	
		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)	20	導師指定學員	
		10:30-11:45	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。								