



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	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$390	\$410	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$525	\$545	余自明	BA4
BA7		4	7,14,21,28/12	四 Thu	18:00-19:30		9歲或以上	\$560	\$580	許寶田	BA7
BA10		技術改良班	4	7,14,21,28/12	四 Thu		19:30-21:30	13歲或以上	\$620		\$640

羽毛球種籽計劃

BAS01A	入門訓練	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	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	2,9,23,30/12 (16/12停課)		13:00-15:00		9-18歲	\$500	\$520		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)		10:00-12:00		12歲以上	\$540	\$560		BAS03A
BAS01B	入門訓練	4	3,17,24,31/12 (10/12停課)	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$380	\$400		BAS01B
BAS01C		4	3,17,24,31/12 (10/12停課)		09:00-10:00		5-18歲	\$380	\$400		BAS01C
BAS02B	初級訓練	4	3,17,24,31/12 (10/12停課)		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	6	13,20,27/11 & 4,11,18/12 (6/11舊生補課),(25/12停課)	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$1,080	\$1,180	合辦網球學院教練	T1
T2	青少年網球中班	9	1,8,15,22,29/11 & 6,13,20,27/12	三 Wed	17:00-19:00	16人 (低於4人不開班)	10-17歲	\$1,620	\$1,720		T2
T3	兒童網球班	5	24/11 & 1,8,15,29/12 (17/11舊生補課)	五 Fri	17:00-19:00		6-10歲	\$900	\$1,000		T3
T4	青少年網球初級班	5	24/11 & 1,8,15,29/12 (17/11舊生補課)	五 Fri	17:00-19:00		10-17歲	\$900	\$1,000		T4
T5	兒童及青少年網球初級班	8	11,18/11 & 2*,9*,16,23,30/12, 6/1 (4/11補課,25/11停課)	六 Sat	18:00-20:00		6-17歲	\$1,440	\$1,540		T5
T7	兒童室內小型網球班	6	13,20,27/11 & 4,11,18/12 (6/11舊生補課)(25/12停課)	一 Mon	16:30-18:00	8	5-7歲	\$900	\$1,000		T7
T9	成人網球中班	9	1,8,15,22,29/11 & 6,13,20,27/12	三 Wed	20:00-22:00	8	18-65歲	\$3,060	\$3,160		T9
T15	成人網球初班	5	20,27/11 & 4,11,18/12 (6 & 13/11舊生補課),(25/12停課)	一 Mon	20:00-22:00	6	18歲以上	\$1,700	\$1,800		T15
T16	NEW 成人網球初班	5	20,27/11 & 4,11,18/12 (6 & 13/11舊生補課),(25/12停課)	一 Mon	21:00-23:00	6	18歲以上	\$1,700	\$1,800		T16

籃球 Basketball

R5	幼童中階班	4	6,13,20,27/12	三 Wed	16:00-17:00	15	5-8歲	\$720	\$740	蔡駿賢教練	R5	
R1	青少年班	4	6,13,20,27/12		17:00-19:00		20-23	12-17歲	\$840		\$860	R1
R2	兒童中階班	5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	17:00-19:00	9-13歲		\$1,050	\$1,070	蔡駿賢教練 / 其他合資格教練	R2	
R10	幼童初階班	4	3,17,24,31/12 (10/12停課)	日 Sun	08:00-09:00	12	5-8歲	\$720	\$740	蔡駿賢教練	R10	
R6	兒童初階班	4	3,17,24,31/12 (10/12停課)		13:00-15:00		20-23	9-13歲	\$840		\$860	R6
R3	NEW 幼童高階班	4	3,17,24,31/12 (10/12停課)		15:00-16:45		15	5-8歲	\$800		\$820	蔡駿賢教練

* 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	星期五恆常班	5	1,8,15,22 & 29/12	五 Fri	17:00-18:30	先到先得	3-12歲以下	\$700	\$720	 香港足球總會教練	FB2
FB3	星期六恆常班上午班	5	2,9,16,23 & 30/12	六 Sat	09:00-10:30		3-12歲以下	\$700	\$720		FB3
FB1	星期六恆常班下午班	5	2,9,16,23 & 30/12	六 Sat	16:30-18:00		3-12歲以下	\$700	\$720		FB1
FB4	New 星期三恆常下午班	4	6,13,20 & 27/12	三 Wed	18:00-19:30		4-11歲以下	\$560	\$580		FB4
FB5	星期日恆常上午班	4	10,17,24 & 31/12	日 Sun	9:00-10:30		3-12歲以下	\$560	\$580		FB5
FB6	New 星期四恆常下午班	4	7,14,21 & 28/12	四 Thu	18:00-19:30		4-11歲以下	\$560	\$580		FB6
FB7	星期一室內足球班	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	16:30-17:45		只收5-8歲	\$510	\$530		FB7

欖球 Rugby

RBM	兒童班	4	6,13,20 & 27/12	三 Wed	18:00-19:30	30人,最少10人才開班	4-11歲	\$200	\$220	香港欖球總會註冊教練	RBM
RBY	青少年班	4	6,13,20 & 27/12	三 Wed	18:00-19:30		12-17歲	\$200	\$220		RBY

乒乓球 Table-Tennis

TT2	入門班	4	7,14,21,28/12	四 Thu	17:00-19:00	20	5-17歲	\$720	\$740	 中國香港乒乓球學校導師	TT2	
TT10		5	2,9,16,23,30/12	六 Sat	17:30-19:30			\$900	\$920		TT10	
TT7	幼童班	4	6,13,20,27/12	三 Wed	09:00-10:00	6	3-7歲	\$480	\$500		TT7	
TT8		4	6,13,20,27/12		10:00-11:00			\$480	\$500		TT8	
TT11		New	4		6,13,20,27/12			14:00-15:00	\$480		\$500	TT11
TT12		New	4		7,14,21,28/12			四 Thu	14:00-15:00		\$480	\$500
TT13	New 成人班	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	09:00-11:00	6	15-60歲	\$720	\$740		TT13	

器械健體 Fitness Exercise

F1	器械健體	7	1,5,8,12,15,19,29/12 (22,26/12停課)	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30	20	16歲或以上	\$210	\$230	宋國文	F1
F2		7	5,7,12,14,19,21,28/12 (26/12停課)	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$210	\$230		F2
F3		5	3,10,17,24,31/12	日 Sun	10:30-11:30			\$200	\$220		F3
F11	婦女健體班	7	5,7,12,14,19,21,28/12 (26/12停課)	二及四 Tue&Thu	9:00-10:30	20	16歲或以上	\$120	\$140	郝靜英	F11
F12		7	5,7,12,14,19,21,28/12 (26/12停課)		10:30-12:00			\$120	\$140		F12
F13	清晨健體班	8	1,4,8,11,15,18,22,29/12 (25/12停課)	一及五 Mon&Fri	9:00-10:30	20	16歲或以上	\$120	\$140	本會健身導師	F13
F14		8	1,4,8,11,15,18,22,29/12 (25/12停課)		10:30-12:00			\$120	\$140		F14
F15		9	2,6,9,13,16,20,23,27,30/12	三及六 Wed&Sat	9:00-10:30			\$120	\$140		F15
F16		9	2,6,9,13,16,20,23,27,30/12		10:30-12:00			\$120	\$140		F16

跆拳道 Taekwondo

TK1	兒童班	4	1,8,15,29/12 (22/12停課)	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	1,8,15,29/12 (22/12停課)		20:30-22:00		\$200	\$220	TK2		
TK3	跆拳道班	5	3,10,17,24,31/12	日 Sun	09:30-11:00	20	6歲或以上	\$250	\$270		TK3

空手道 Karate

KO1	基礎班	5	3,10,17,24,31/12	日 Sun	11:00-12:30	25	5歲或以上	\$500	\$520	沖繩剛柔流空手道協會	KO1
KO2	幼兒班/搏擊班	5	3,10,17,24,31/12		13:00-14:30		3-5歲/5歲或以上	\$500	\$520		KO2
KO3	形班	5	3,10,17,24,31/12		15:30-17:00		5歲或以上	\$500	\$520		KO3
KO4	入門班	5	3,10,17,24,31/12		09:30-11:00			\$500	\$520		KO4
KO5		5	2,9,16,23,30/12	六 Sat	15:30-17:00	\$500		\$520	KO5		
KO6		3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	19:00-20:30	\$300	\$320	KO6			

武術 Wushu

WS1	初班	5	3,10,17,24,31/12	日 Sun	17:00-18:00	20	4歲或以上	\$625	\$645	中國武術海外訓練學院導師	WS1
WS2	高班	5	3,10,17,24,31/12		18:00-19:00			20	\$625		\$645

白眉功夫 Pak Mei Kung Fu

WS5	白眉拳班	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	20:00-21:30	20	6歲或以上	\$270	\$290	嚴少強師傅	WS5
-----	------	---	----------------------	----------	-------------	----	-------	-------	-------	-------	-----

詠春 Wing Chun

W1	成人詠春班	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	20:00-21:30	30	16歲或以上	\$375	\$395	詠春梁錦棠 國術中心	W1
W2	兒童詠春班	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	11:30-13:00		6-15歲	\$600	\$620		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。



大埔體育會

訓練班 Courses

會員優先報名：11/11/2023

公開報名：12/11/2023

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
------------	----------------	--------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	--------------	-------------------	------------------	------------

花式跳繩 (梯隊訓練) Rope Skipping

RS1	花式跳繩 (初階班)	5	2,9,16,23,30/12	六 Sat	17:00-18:00	18	5-12歲	\$575	\$595	中國香港跳繩體育聯合會教練	RS1
RS2	花式跳繩 (興趣班)	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)		14:00-15:00			\$460	\$480		RS2

競技體操 Artistic Gymnastics

G1	幼兒初班 	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$540	\$560	Smartie Sport Company	G1	
G2		4	7,14,21,28/12	四 Thu	15:00-16:30			\$720	\$740		G2	
G3		5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	14:00-15:30			\$900	\$920		G3	
G8		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	15:00-16:30			\$720	\$740		G8	
G4	兒童初班 	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	09:00-10:30	25	5歲或以上	\$720	\$740	Smartie Sport Company	G4	
G9		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)		16:30-18:00			\$720	\$740		G9	
G5		3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	16:30-18:00	25	5歲或以上	\$540	\$560	Smartie Sport Company	G5	
G6		5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	15:30-17:00			\$900	\$920		G6	
G7		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	10:30-12:00			\$720	\$740		G7	
G10		兒童中班	4	7,14,21,28/12	四 Thu	16:30-18:00	25	導師指定學員	\$720	\$740	Smartie Sport Company	G10
G11			4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	16:30-18:00			\$720	\$740		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 	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	15:30-17:00	18	5歲或以上	\$540	\$560	Smartie Sport Company	E8	
E1		3	5,12,19/12 (26/12停課)		17:00-18:30			20	\$540		\$560	E1
E2		3	5,12,19/12 (26/12停課)		18:30-20:00			18	5歲或以上		\$540	\$560
E3		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	09:00-10:30	\$720	\$740			E3		
E4		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	10:30-12:00	\$720	\$740	E4					
E5		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	15:00-16:30	15	3歲以上	\$720	\$740	E5			
E6	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	16:30-18:00	\$720			\$740	E6				

成人彈網 Adult Trampoline

E7	成人班	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	18:00-20:00	12	18歲或以上	\$720	\$740	Smartie Sport Company	E7
----	-----	---	----------------------	----------	-------------	----	--------	-------	-------	-----------------------	----

精英班 Elite Gymnastics

TPSA1	男子精英體操	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	18:00-20:00	20	導師指定學員	\$660	---	Smartie Sport Company	TPSA1
TPSA2	女子精英體操	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	18:00-20:00			\$660	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline

TPSA 4	精英彈網	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$660	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat				\$880	---		TPSA 6

足毬 Shuttlecock

SHC1	初階班	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$225	\$245	翱昇體育會	SHC1
SHC2		3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	21:00-22:00			\$225	\$245		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

訓練班 Courses

會員優先報名：11/11/2023
公開報名：12/11/2023

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	單堂 Single Lesson	導師 Instructor	編號 Code		
瑜伽 Yoga														
Y5	瑜伽 Yoga	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	08:00-09:00	25	12歲或以上	\$210	\$230	\$110	李玉芳	Y5		
Y6		3	4,11,18/12 (25/12停課)		09:00-10:30			\$225	\$245	---		Y6		
Y28	Slim Yoga 瘦身瑜珈	3	4,11,18/12 (25/12停課)		09:30-10:30	20		\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y28		
Y10	瑜伽 Yoga	3	4,11,18/12 (25/12停課)	二 Tue	17:30-18:30	20		\$195	\$215	---	蔡月蘭	Y10		
Y11		3	4,11,18/12 (25/12停課)		18:30-20:00			\$300	\$320	---		Y11		
Y19		3	5,12,19/12 (26/12停課)	三 Wed	09:00-10:30	28		\$270	\$290	\$120	洪梅	Y19		
Y17		3	5,12,19/12 (26/12停課)		10:30-12:00			\$270	\$290	\$120		Y17		
Y14		NEW	4	6,13,20,27/12	三及五 Wed&Fri	10:30-12:00		25	\$300	\$320	\$130	李玉芳	Y14	
Y7		4	6,13,20,27/12	18:30-20:00		20			\$400	\$420	---		蔡月蘭	Y7
Y8		4	6,13,20,27/12	20:00-21:30		20			\$400	\$420	---			Y8
Y1	My Ring Yoga 瑜珈環	9	1,6,8,13,15,20,22,27,29/12	四 Thu	08:00-09:00	25		\$450	\$470	\$70	歐陽麗娟	Y1		
Y2		9	1,6,8,13,15,20,22,27,29/12		09:00-10:30			20	\$540	\$560		\$80	Y2	
Y13		5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	10:30-12:00	20	\$450	\$470	\$120	洪梅	Y13			
Y23	瑜珈環	3	7,14,21/12 (28/12停課)	五 Fri	09:30-10:30	20	\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y23			
Y24	瑜珈輪	3	7,14,21/12 (28/12停課)		11:00-12:00		\$360	\$380	\$140		Y24			
Y25	瘦身瑜珈	3	7,14,21/12 (28/12停課)		20:30-21:30		\$300	\$320	\$120		Y25			
Y21	瑜珈 Yoga	4	7,14,21,28/12	六 Sat	10:30-12:00	28	\$360	\$380	\$120	洪梅	Y21			
Y26	Slim Yoga 瘦身瑜珈	3	1,8,15/12 (22,29/12停課)		19:30-20:30		20	\$300	\$320		\$120	劉小琴	Y26	
Y27	瑜珈輪	3	1,8,15/12 (22,29/12停課)	20:30-21:30	20	\$360	\$380	\$140	Y27					
Y15	瑜珈 Yoga	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	14:00-15:30	28	\$400	\$420	\$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	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	19:00-21:00	15	12歲以上	\$360	\$380	\$150	李夏妹	PY3

伸展運動 Stretching Exercises												
SE4	基礎班	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	09:00-10:30	20	12歲以上	\$300	\$320	\$130	陳麗娟	SE4
SE7	進階班	3	5,12,19/12 (26/12停課)		10:30-12:00			\$300	\$320	\$130		SE7
SE8	基礎班	4	7,14,21,28/12	四 Thu	15:00-16:30			\$400	\$420	\$130		SE8

游泳 Swimming :												
STP21	恆常班	21	1/12-26/4/24 (09/2 停課)	五 Fri	20:00-21:00	30	3歲或以上	\$3,402	\$3,422		史丹福游 學校導師	STP21
STP1	恆常班	21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)	六 Sat	11:30-12:30			\$3,402	\$3,422			STP1
STP2		21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)		12:30-13:30			\$3,402	\$3,422			STP2
STP3		21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)		13:30-14:30			\$3,402	\$3,422			STP3
STP4		21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)		14:30-15:30			\$3,402	\$3,422			STP4
STP5		21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)		15:30-16:30			\$3,402	\$3,422			STP5
STP6		21	2/12-27/4/24 (10/2 停課)		17:30-18:30			\$3,402	\$3,422			STP6
STP11	恆常班	21	3/12-28/4/24 (11/2 停課)	日 Sun	08:30-09:30			\$3,402	\$3,422			STP11
STP13		21	3/12-28/4/24 (11/2 停課)		13:30-14:30			\$3,402	\$3,422			STP13
STP14		21	3/12-28/4/24 (11/2 停課)		14:30-15:30			\$3,402	\$3,422			STP14
STP15		21	3/12-28/4/24 (11/2 停課)		15:30-16:30			\$3,402	\$3,422			STP15
STP16		21	3/12-28/4/24 (11/2 停課)		16:30-17:30			\$3,402	\$3,422			STP16
STP37	恆常班	20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)	六 Sat	13:00-14:00	30	\$3,240	\$3,260		STP37		
STP38		20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)		14:00-15:00		\$3,240	\$3,260		STP38		
STP39		20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)		15:00-16:00		\$3,240	\$3,260		STP39		
STP40		20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)		16:00-17:00		\$3,240	\$3,260		STP40		
STP41		20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)		17:00-18:00		\$3,240	\$3,260		STP41		
STP42	NEW 恆常班 (女子成人班)	20	2/12-27/4/24 (10/2, 30/3 停課)		17:00-18:00		成人班	\$3,240	\$3,260			STP42

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

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 8	3	2,9,23/12 (16,30/12停課)	六 Sat	10:00-11:30	30	10歲或以上	\$360	\$380	李凝姿	C6
C1	Grade 3	3	2,9,23/12 (16,30/12停課)		11:30-12:30		5歲或以上	\$330	\$350		C1

拉丁舞 Latin Dance

L1	青少年中班	5	1,8,15,22,29/12	五 Fri	16:00-17:30	20	6-10歲	\$600	\$620	飛躍舞蹈學院導師	L1
L6	初班	4	2,9,23,30/12 (16/12停課)	六 Sat	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	0	12月停課	日 Sun	08:30-9:30	20	3-5歲	\$0	\$20	鍾家欣	S4	
S5	兒童爵士舞中班	0	12月停課		10:00-11:00		5-7歲	\$0	\$20		S5	
S6	幼兒舞蹈班	0	12月停課	四 Thu	10:15-11:15	20	3-5歲	\$0	\$20		S6	
S7	舞蹈 Play Group	0	12月停課		11:15-12:00		6	18個月-3歲	\$0		\$20	S7
S8	幼兒舞蹈班	0	12月停課		17:30-18:30		20	3-5歲	\$0		\$20	S8
S9	成人古風古典舞班	0	12月停課		20:00-21:30		20	15歲或以上	\$0		\$20	S9

排舞 Line Dance

P1	高班	3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$225	\$245	何雪華	P1
P2	中班	3	14,21,28/12 (7/12舊生補課)	四 Thu	11:00-12:30			\$225	\$245		P2
P3	初班	3	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	11:00-12:30			\$225	\$245		P3

凡未滿額之排舞班，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	4,11,18/12 (25/12停課)	一 Mon	09:00-10:00	25	12歲或以上	\$150	\$170	何雪華	A10
A2		3	4,11,18/12 (25/12停課)		10:00-11:00			\$150	\$170		A2
A13		3	5,12,19/12 (26/12停課)	二 Tue	09:00-10:00			\$150	\$170		A13
A14		3	5,12,19/12 (26/12停課)		10:00-11:00			\$150	\$170		A14
A1		3	14,21,28/12 (7/12舊生補課)	四 Thu	09:00-10:00			\$150	\$170		A1
A3		3	14,21,28/12 (7/12舊生補課)		10:00-11:00			\$150	\$170		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。

Steam電競賽車課程 Steam eSports Racing Course

ER1	New	基礎認知班	4	6,13,20,27/12	三 Wed	20:30-22:00	40	12歲或以上 (參加者身高需要至少140cm)	\$400	\$420	香港賽車學校導師	ER1
ER2		Steam賽車課程	4	6,13,20,27/12		18:30-20:00	6		\$1,200	\$1,220		ER2

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

EF1		兒童班	4	6,13,20,27/12	三 Wed	18:30-20:00	8	9歲-12歲	\$1,352	\$1,372	航飛有限公司導師	EF1
-----	--	-----	---	---------------	----------	-------------	---	--------	---------	---------	----------	-----

* 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：11/11/2023
公開報名：12/11/2023

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	15:15-16:00	Fri (五)	\$600	\$620		Age 3 or above	
B2		09:15-10:00	Sat (六)					
B3		16:00-16:45	Sat (六)					
B4	Pre-school (Level 2)	B4a 17:00-17:45	Tue (二)	\$600(1星期1堂) \$1,170(1星期2堂)	\$620(1星期1堂) \$1,190(1星期2堂)		Age 4 or above	
		B4b 15:15-16:00	Fri (五)					
B5	Pre - Primary	B5a 17:00-17:45	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	
		B5b 12:15-13:00	Sun (日)					
		B5c 16:45-17:30	Sat (六)					
B6	Primary	B6a 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	
		B6b 16:00-17:00	Fri (五)					
		B6c 10:00-11:00	Sat (六)					
		B6e 10:15-11:15	Sun (日)					
B7	Grade 1	B7b 16:00-17:00	Thu (四)	\$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)			
		B7c 13:00-14:00	Sat (六)					
		B7d 11:15-12:15	Sun (日)					
B8	Grade 2	18:00-19:00	Tue (二)	\$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)			
		14:00-15:00	Sat (六)					
B9	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)			
		15:00-16:00	Sat (六)					
		14:00-15:00	Sun (日)					
B10	Grade 4	17:00-18:00	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)			
		11:00-12:00	Sat (六)					
		15:00-16:00	Sun (日)					
B11	Grade 5	18:00-19:00	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)			
		17:30-18:30	Sat (六)					
		13:00-14:00	Sun (日)					
B12	Grade 6	18:00-19:00	Thu (四)	\$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)					
		12:00-13:00	Sat (六)					
B13	Majors 1	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)					
B14	Majors 2	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)			
		09:00-10:15	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。