

大埔體育會 蔡月蘭導師 合辦

瑜珈班 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
Y10	— Mon	17:30-18:30	4,11,18/12 (25/12停課)	3	\$195	\$215
Y11		18:30-20:00	4,11,18/12 (25/12停課)	3	\$300	\$320
Y7	三 Wed	18:30-20:00	6,13,20,27/12	4	\$400	\$420
Y8		20:00-21:30	6,13,20,27/12	4	\$400	\$420

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: 活動室 Function Room

名額: 22人

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。