

大埔體育會 李玉芳導師 合辦

瑜珈班 Yoga Course

編號 Code	活動名稱 Course	星期 Day	時間 Time	日期 Date	堂數 Lesson	會員 Member	非會員 Non Member	單堂 Single Lesson
Y5	瑜珈 Yoga	— Mon	08:00-09:00	4,11,18/12 (25/12停課)	3	\$210	\$230	\$110
Y6			09:00-10:30	4,11,18/12 (25/12停課)	3	\$225	\$245	---
Y14		≡ Wed	10:30-12:00	6,13,20,27/12	4	\$300	\$320	\$130

\* 費用視乎該月份之堂數，Y6不接納單堂報讀。

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: 李玉芳或其他合資格導師

服裝: 輕便運動服裝

地點: 活動室 Function Room

資格: 12歲或以上

名額: 25人

注意事項: 每期課程均由淺入深，報讀單堂人士請自我衡量程度是否合適。

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。

\*Y5, Y6 舊學員優先報名

