

# 大埔體育會 蔡月蘭導師 合辦

## 瑜伽班 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
Y11	— Mon	18:30-20:00	2,9,16,23,30/12	5	\$500	\$520
Y7	— Wed	18:30-20:00	4,11,18/12 (25/12停課)	3	\$300	\$320

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。