



# 4月 單月開課表

## 第一堂課前 皆可插班唷

### 注意事項

- 未開班之學員可使用同樣折扣轉至已開之班級（多退少補）
- 報名請親臨一樓大廳櫃台辦理
- 第1堂課前可插班，截止日如下  
週一班級：4/4(一)  
週二班級：4/5(二)

墊上課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收20元清潔費 | 非墊上課程請自備乾淨運動鞋替換

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室
舞蹈	歡樂寶萊塢	一	09:00-10:25	4	\$720	\$210	Yuki	韻B
TRX <b>滿</b>	TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00-10:55		-	-	Kiwi	多B
有氧	ZUMBA		10:00-10:55		\$480	\$150	Grace	韻A
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$480	\$150	小廷	多C
舞蹈	韓風MV熱舞		11:00-12:25		\$720	\$210	Grace	韻A
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		13:30-14:25		\$480	\$150	靜馨	韻B
空瑜 <b>NEW</b>	基礎空中瑜珈		15:00-15:55		\$1,200	\$350	Penny	多C
有氧	ZUMBA		18:00-18:55		\$600	\$180	Poca	韻A
空瑜	基礎空中瑜珈		18:00-18:55		\$1,400	\$400	派派	多C
瑜珈	哈達瑜珈		18:00-18:55		\$600	\$180	Aya	多B
瑜珈	健康舒活		18:00-18:55		\$600	\$180	金華	韻B
肌力 <b>滿</b>	綜合健身		19:00-19:55		-	-	孫駿	體能
TRX <b>NEW</b>	TRX懸吊訓練		20:00-20:55		\$1,200	\$350	YOKO	多B
瑜珈	基礎瑜珈		20:00-20:55		\$600	\$180	Cindy	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈		21:00-21:55		\$1,400	\$400	Aya	多C
瑜珈	悠活瑜珈	二	08:30-09:25	4	\$480	\$150	Helen	多C
有氧	ZUMBA		09:00-09:55		\$480	\$150	Grace	韻B
舞蹈	新古典舞-進階班		09:00-10:25		\$720	\$210	Yuki	多B
瑜珈	瑜珈輪		10:00-10:55		\$800	\$250	Ivy	多C
空瑜	空中瑜珈		11:00-11:55		\$1,200	\$350	Ivy	多C
舞蹈	中東肚皮舞-進階班		13:30-14:55		\$720	\$210	宜君	韻B
有氧	iPARTY愛派對有氧		14:50-15:45		\$480	\$150	尤雪	韻A
飛輪	完美體態飛輪		15:00-15:50		\$480	\$150	Ling	飛輪
瑜珈	多元化瑜珈		16:00-16:55		\$480	\$150	明穗	韻B
瑜珈	入門瑜珈		17:30-18:25		\$600	\$180	小穎	韻B
飛輪	完美體態飛輪		18:00-18:50		\$720	\$210	Ling	飛輪
肌力	基礎重訓		18:00-18:55		-	-	Zoe	體能
空瑜 <b>滿</b>	空中瑜珈		18:00-18:55		\$1,400	\$400	Ivy	多C
TRX	TRX懸吊訓練		18:30-19:25		\$1,200	\$350	Kiwi	多B
飛輪 <b>NEW</b>	完美體態飛輪		19:00-19:50		\$720	\$210	Ling	飛輪
有氧	ZUMBA	19:00-19:55	\$600	\$180	尤雪	韻A		
空瑜 <b>NEW</b>	基礎空中瑜珈	19:00-19:55	\$1,400	\$400	Aya	多C		
瑜珈 <b>滿</b>	健康舒活	19:00-19:55	-	-	金華	多A		
有氧	iPARTY愛派對有氧	20:00-20:55	\$600	\$180	尤雪	韻A		
空瑜	基礎空中瑜珈	20:00-20:55	\$1,400	\$400	軒軒	多C		
瑜珈	健康舒活	20:00-20:55	\$600	\$180	金華	多A		



# 4月 單月開課表

## 第一堂課前 皆可插班唷

### 注意事項

- 未開班之學員可使用同樣折扣轉至已開之班級（多退少補）
- 報名請親臨一樓大廳櫃台辦理
- 第1堂課前可插班，截止日如下  
週三班級：4/6(三)  
週四班級：4/7(四)

墊上課程請自備瑜伽墊，如需租借酌收20元清潔費 | 非墊上課程請自備乾淨運動鞋替換

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室
瑜珈	晨光瑜珈	三	09:00-09:55	4	\$480	\$150	明穗	韻A
飛輪	基礎訓練飛輪		10:00-10:50		\$480	\$150	Kiwi	飛輪
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$480	\$150	小廷	韻B
瑜珈	皮拉提斯		10:00-10:55		\$480	\$150	Rachel	韻A
肌力	UA Training 全方位體能訓練		11:00-11:55		\$800	\$250	Kiwi	多B
瑜珈	墊上核心		11:00-11:55		\$480	\$150	Viki	韻B
舞蹈	中東肚皮舞-進階班		13:30-14:55		\$720	\$210	宜君	韻A
肌力	滿 基礎重訓		17:00-17:55		-	-	Zoe	體能
空瑜	滿 空中瑜珈		17:00-17:55		-	-	派派	多C
羽球	滿 成人羽球團體班		17:00-19:00		-	-	育震	綜合球場
瑜珈	瑜珈健康GO		17:30-18:25		\$600	\$180	Fanny	韻A
飛輪	體態雕塑飛輪		18:00-18:50		\$720	\$210	Kiwi	飛輪
肌力	燃脂重訓		18:00-18:55		\$1,000	\$300	Zoe	體能
空瑜	滿 空中瑜珈		18:00-18:55		-	-	派派	多C
才藝	柔力球成人樂樂班		18:30-19:25		\$720	\$210	Sharen	韻A
飛輪	進階飛輪		19:00-19:50		\$720	\$210	Kiwi	飛輪
肌力	滿 基礎重訓		19:00-19:55		-	-	Zoe	體能
空瑜	滿 空中瑜珈		19:00-19:55		-	-	勇勇	多C
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		\$600	\$180	靜馨	多B
瑜珈	心流瑜珈		19:00-19:55		\$600	\$180	巧純	韻B
飛輪	快樂燃脂飛輪		20:00-20:50		\$720	\$210	Kiwi	飛輪
技擊	取形化意-內家形意拳	20:00-20:55	\$600	\$180	明德	多B		
空瑜	空中瑜珈	20:00-20:55	\$1,400	\$400	勇勇	多C		
瑜珈	修復瑜珈	20:00-20:55	\$600	\$180	小廷	韻B		
有氧	Strong Nation	21:00-21:55	\$600	\$180	Eric	韻A		
肌力	UA Training 全方位體能訓練	四	09:00-09:55	4	\$800	\$250	Kiwi	多B
瑜珈	晨光瑜珈		09:00-09:55		\$480	\$150	明穗	韻B
舞蹈	韓風MV熱舞		09:00-10:25		\$720	\$210	Grace	韻A
TRX	TRX懸吊訓練		10:00-10:55		\$1,000	\$300	Kiwi	多B
肌力	基礎重訓		10:00-10:55		\$800	\$250	Ruby	體能
瑜珈	瑜珈提斯		10:00-10:55		\$480	\$150	尤雪	韻B
有氧	ZUMBA		11:00-11:55		\$480	\$150	Grace	韻A
兒童	兒童羽球團體班		17:00-19:00		\$1,800	\$500	俊逸	綜合球場
飛輪	曲線雕塑飛輪		18:00-18:50		\$720	\$210	Kiwi	飛輪
TRX	滿 TRX完美體態		19:00-19:50		-	-	Kiwi	多B
飛輪	NEW 基礎飛輪		19:00-19:50		\$720	\$210	Monkey	飛輪
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		\$600	\$180	靜馨	韻A
瑜珈	健康舒活		19:00-19:55		\$600	\$180	金華	多A
TRX	滿 TRX完美體態		20:00-20:55		-	-	Kiwi	多B
肌力	基礎肌力		20:00-20:55		\$1,000	\$300	Ray	體能
空瑜	基礎空中瑜珈		20:00-20:55		\$1,400	\$400	軒軒	多C
瑜珈	健康舒活		20:00-20:55		\$600	\$180	金華	多A
技擊	Boxercise舒壓拳擊		21:00-21:55		\$1,000	\$300	Kiwi	韻B

另有週一至週二

另有週五至週日



# 4月 單月開課表

## 第一堂課前 皆可插班唷

### 注意事項

- 未開班之學員可使用同樣折扣轉至已開之班級（多退少補）
- 報名請親臨一樓大廳櫃台辦理
- 第1堂課前可插班，截止日如下  
週五班級：4/1(五)  
週六班級：4/2(六)  
週日班級：4/3(日)

墊上課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收20元清潔費 | 非墊上課程請自備乾淨運動鞋替換

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室	
飛輪	曲線雕塑飛輪	五	09:00-09:50	5	\$600	\$150	Kiwi	飛輪	
瑜珈	晨光瑜珈		09:00-09:55		\$600	\$150	明穗	韻B	
舞蹈	新古典舞		09:00-10:25		\$900	\$210	Yuki	韻A	
空瑜	空中瑜珈		13:30-14:25		\$1,500	\$350	Ivy	多C	
瑜珈	樂齡瑜珈		14:00-14:55		\$600	\$150	Janis	韻B	
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		17:00-17:55		\$1,250	\$300	Kiwi	多B	
飛輪	快樂燃脂飛輪		18:00-18:50		\$900	\$210	Kiwi	飛輪	
有氧	NEW iPARTY愛派對有氧		19:00-19:55		\$750	\$180	尤雪	韻A	
技擊	健身拳擊		19:00-19:55		\$1,250	\$300	孫駿	韻B	
空瑜	空中瑜珈		19:00-19:55		\$1,750	\$400	派派	多C	
肌力	綜合健身		20:00-20:55		\$1,250	\$300	孫駿	體能	
有氧	Strong Nation		20:00-20:55		\$750	\$180	Eric	韻A	
TRX	滿 TRX+HIIT完美曲線雕塑	六	09:00-09:55	5	-	-	Kiwi	多B	
技擊	走圓擺扣-八卦遊身掌		09:00-09:55		\$600	\$150	明德	韻A	
瑜珈	修復瑜珈-進階班		09:00-09:55		\$600	\$150	小廷	韻B	
飛輪	滿 入門飛輪		10:00-10:50		-	-	Kiwi	飛輪	
肌力	滿 基礎重訓		10:00-10:55		-	-	Zoe	體能	
舞蹈	韓風KPOP		10:00-10:55		\$600	\$150	淳翊	多B	
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$600	\$150	小廷	韻B	
兒童	兒童舞動爵士		4/9停課		10:00-10:55	\$480	\$150	Yuki	韻A
幼兒	NEW 迷你網球		10:30-11:25		\$1,250	\$300	克里斯多福	多A	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		11:00-11:55		\$600	\$150	靜馨	韻B	
兒童	滿 兒童空中瑜珈		11:00-11:55		-	-	甜甜	多C	
肌力	滿 基礎重訓		11:00-12:25		-	-	Zoe	體能	
兒童	兒童羽球團體班	12:00-13:30	\$2,250	\$500	世豪	綜合球場			
兒童	兒童羽球團體班	13:00-14:30	\$1,750	\$400	俊逸	綜合球場			
舞蹈	新古典舞	4/9、4/30停課	14:00-15:25	\$1,125	\$255	Yuki	韻B		
有氧	ZUMBA	15:50-16:45	\$750	\$180	尤雪	韻A			
空瑜	親子空中瑜珈	18:00-18:55	\$1,750	\$400	甜甜	多C			
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	19:00-19:55	\$750	\$180	靜馨	韻A			
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	19:00-19:55	\$750	\$180	金華	韻B			
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	20:00-20:55	\$750	\$180	金華	韻B			
TRX	滿 懸吊與肌力	日	09:00-09:55	4	-	-	將將	多B	
有氧	燃脂有氧&肌力		10:00-10:55		\$480	\$150	將將	韻A	
兒童	兒童街舞		10:00-10:55		\$480	\$150	淳翊	多A	
肌力	滿 基礎重訓		11:00-11:55		-	-	將將	體能	
兒童	滿 兒童羽球團體班		13:00-14:30		-	-	世豪	綜合球場	
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		\$1,400	\$400	勇勇	多C	
空瑜	滿 空中瑜珈		20:00-20:55		-	-	派派	多C	