

⚠️ 停課日 | 國定假日：2/28(五)至3/2(日)停課  
4/03(四)至4/6(日)停課

# 游泳課程

常態班 原班續報 享9折 憑簽到單/購課發票 購買月會會員享9折

幼兒	一、四	08:00-09:00 11:00-12:00	\$2,160 /6堂課
	二、五	16:00-17:00	
	六、日	17:00-18:00 19:00-20:00	3人開班 5人滿班

兒童	一、四	09:00-10:00 11:00-12:00	\$3,500 /10堂課
	二、五	13:00-14:00 18:00-19:00	
	六、日	19:00-20:00	4人開班 6人滿班

成人	一、四	09:00-10:00 11:00-12:00	\$3,000 /10堂課
	二、五	15:00-16:00 18:00-19:00	
	六、日	20:00-21:00	5人開班 10人滿班

⚠️ 泳池清場時間為每日 12:00-12:30 (泳池12:00清場；泳池更衣室12:20清場)

### 家教班

1對1教練班 \$12,000/人	1對2教練班 \$7,000/人	1對3教練班 \$5,000/人
1對4教練班 \$4,000/人	1對5教練班 \$3,800/人	

適合想專精動作技巧及針對個人程度安排課程之學員，配合專屬教練更能了解個人學習需求

每班共10堂課，需提前與教練預約課程時段

專業師資 中心游泳教練群



海怪 奶茶 Yellow 水母 河童 鴨鴨 海龜 阿波 Alan 蕭魚 海馬 木瓜 小捲

B/C級游泳教練證 體育署救生證 多項運動專業證照 三年以上教學經驗 專業健身教練證 多項運動專業證照 三年以上教學經驗

### 請假規範

- 課程期間請假、未到者、生理假，恕無法補課，請假每堂課補泳池入場一次
- 學員缺課憑簽到單自行入場練習，使用期限為課程結束後一個月內
- 補入場限學員本人使用，權利無法轉讓，補入場仍保留課程陪同

### 注意事項

- 游泳課程報名手續須臨櫃填寫資料與付款，恕不接受電話與網路報名
- 常態班由中心指派授課教練，續報班級原則上不作更換；家教班可由學員指定教練，若無特別指定，則由中心安排
- 班級開課後不接受學員插班
- 確定開課之班級，報名期限為開課日前一天；開課日當天起恕不接受報名
- 課程費用含入場費、教材費、保險費及一位免費陪同家長
- 課程陪同者須年滿12歲以上，且免費陪同不包含下水游泳，如需下水則補差額\$50；成人班不含課程陪同入場
- 當次課程陪同使用限同一人，權利無法轉讓
- 詳細退費事項，請洽泳池櫃檯《游泳課程規範須知》

### 家教班

- 報名家教班須自行湊齊學員人數
- 家教班之上課時間由學員自行與教練協調，因中心教學水道有限，建議與教練提早預約，避免因水道滿載或中心活動而喪失上課權益
- 家教班須同時段一起上課，不接受學員分批或拆分時段上課，請假以補入場計算，恕不提供補課
- 家教班因課程時段可自行調整，恕不接受退費

## 重訓團體班 單堂體驗 \$400 同享封面折扣

課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	老師
基礎重訓	一	09:00-09:55	9	\$3,150	Zoe、卡蘿
樂齡銀髮重訓		10:00-10:55		\$3,150	Hao
銀髮重訓		11:00-11:55		\$3,150	Hao&Bao
女性基礎重訓		13:30-14:25		\$3,150	Zoe
基礎重訓-樂齡班		14:30-15:25		\$3,150	Zoe
基礎重訓		18:00-18:55		\$3,150	Zoe
綜合健身		19:00-19:55		\$3,150	孫駿
燃脂體能重訓		20:00-20:55		\$3,150	YRU
進階重訓-樂齡班		09:00-09:55		03/18停課	8
女性基礎重訓	10:00-10:55	\$3,150	二	卡蘿	
基礎重訓-樂齡班	13:30-14:25	\$3,150		Zoe	
基礎重訓-樂齡班	14:30-15:25	\$3,150		Zoe	
基礎重訓	15:30-16:25	\$3,150		卡蘿	
基礎重訓	17:00-17:55	\$3,150		Zoe	
燃脂重訓-進階班	18:00-18:55	\$3,150		Zoe	
基礎重訓	19:00-19:55	\$3,150		Zoe	
女性基礎重訓	20:00-20:55	\$3,150		Zoe	
樂齡基礎重訓	09:00-09:55	\$3,150		三	卡蘿
基礎重訓	10:00-10:55	\$3,150	Zoe、卡蘿		
女性基礎重訓	11:00-11:55	\$3,150	Zoe、卡蘿		
燃脂重訓	12:00-12:55	\$3,150	Hao&Bao		
女性基礎重訓	13:30-14:25	\$3,150	Zoe		
基礎重訓	14:30-15:25	\$3,150	Zoe		
基礎重訓	15:30-16:25	\$3,150	卡蘿		
曲線雕塑重訓	17:00-17:55	\$3,150	Hao&Bao		
女性燃脂重訓-進階班	18:00-18:55	\$3,150	Zoe		
基礎重訓-進階班	19:00-19:55	\$3,150	四	Zoe	
綜合健身	20:00-20:55	\$3,150		Teddy	
進階重訓-樂齡班	10:00-10:55	\$2,800		Ruby	
基礎重訓	11:00-11:55	\$2,800		Ruby	
基礎重訓	13:00-13:55	\$2,800		Ray	
基礎重訓	14:00-14:55	\$2,800		Ray	
女性基礎重訓	18:00-18:55	\$2,800		卡蘿	
基礎重訓	19:00-19:55	\$2,800		Ray	
女性基礎重訓	20:00-20:55	\$2,800		卡蘿	
樂齡基礎重訓	09:00-09:55	\$2,800	五	卡蘿	
銀髮全方位重訓	10:00-10:55	\$2,800		Hao&Bao	
基礎重訓	14:30-15:25	\$2,450		Zoe	
基礎重訓	18:00-18:55	\$2,450		卡蘿	
進階重訓-樂齡班	19:00-19:55	\$2,800		Ruby	
曲線雕塑重訓	20:00-20:55	\$2,800		Hao&Bao	
基礎重訓	09:00-09:55	\$2,450		六	Zoe、卡蘿
基礎重訓-進階班	10:00-10:55	\$2,800			Zoe
基礎重訓-進階班	11:00-11:55	\$2,800			Zoe
燃脂重訓	13:00-13:55	\$3,150	Hao&Bao		
燃脂體能重訓	19:00-19:55	\$3,150	YRU		
多功能重訓	20:00-20:55	\$3,150	Hao&Bao		
基礎重訓	10:00-10:55	\$3,150	日		Hao
基礎重訓&按摩	11:00-11:55	\$2,800			將將
基礎重訓&按摩	13:00-13:55	\$2,800			將將
曲線雕塑重訓	14:00-14:55	\$3,150		Hao&Bao	
全方位重訓	18:00-18:55	\$3,150		Hao&Bao	
基礎重訓	19:00-19:55	\$3,150		Hao	
基礎重訓	20:00-20:55	\$3,150		Hao	

# 重訓課程

注意事項

- 開課後前三堂可單堂報名
- 國定假日不停課，如無法出席則補課程體驗券
- 未出席乙次補健身房入場券三張達兩次(含)以上皆不計算，視同放棄上課權益
- 入場券於課程結束後至二樓健身房領取，票券使用期限為45天

## 家教班

單堂課體驗價	1對1教練課	1對2教練課	1對3教練課	1對4教練課	1對5教練課
	\$12,000/人	\$7,000/人	\$5,000/人	\$4,000/人	\$3,800/人

每班共10堂課，需提前與教練預約課程時段

- 家教班一堂課為一小時。
- 體驗價每人限使用乙次。
- 需配合現場時段與教練預約。
- 續報優惠僅限10堂，其餘堂數價格均以優惠價為主。

## 專業師資 中心健身教練群



Zoe YRU 奶茶 Ruby Hao 蕭魚 Alan 海馬 木瓜 小捲 海龜 阿波 卡蘿 Teddy

專業健身教練證 多項運動專業證照 三年以上教學經驗