

# 8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: 8/1(一)  
週二班級: 8/2(二)

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室	備註
舞蹈	歡樂寶萊塢	一	09:00-10:25	4	720	210	Yuki	韻B	8/1停課
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00-10:55	5	1250	300	Kiwi	多B	
有氧	ZUMBA		10:00-10:55		600	150	Grace	韻A	
TRX	TRX懸吊訓練		11:00-11:55		1250	300	Kiwi	多B	
舞蹈	韓風MV熱舞		11:00-12:25		900	210	Grace	韻A	
羽球	成人羽球團體班		13:00-15:00		-	-	俊逸	球場	滿
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		13:30-14:25		600	150	靜馨	韻B	
空瑜	基礎空中瑜珈		16:00-16:55		1500	350	Penny	多C	
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		1750	400	派派	多C	
瑜珈	健康舒活		18:00-18:55		750	180	金華	韻B	
肌力	綜合健身		19:00-19:55		1250	300	孫駿	體能	
TRX	TRX懸吊訓練		20:00-20:55		1500	350	Ari	多B	
瑜珈	基礎瑜珈		20:00-20:55		750	180	Cindy	韻B	
有氧	ZUMBA		09:00-09:55		600	150	Grace	多B	
舞蹈	新古典舞-進階班	09:00-10:25	720		210	Yuki	韻B	8/2停課	
瑜珈	瑜珈輪	10:00-10:55	1000	250	Ivy	多C			
瑜珈	瑜珈提斯	10:40-11:35	360	150	yuki	韻B	8/2 8/30停課		
空瑜	空中瑜珈	11:00-11:55	1500	350	Ivy	多C			
舞蹈	中東肚皮舞-進階班	13:30-14:55	900	210	宜君	韻B			
飛輪	完美體態飛輪	15:00-15:50	600	150	Ling	飛輪			
瑜珈	多元化瑜珈	16:00-16:55	600	150	明穗	韻B			
飛輪	完美體態飛輪	18:00-18:50	900	210	Ling	飛輪			
肌力	基礎重訓	18:00-18:55	-	-	Zoe	體能	滿		
空瑜	空中瑜珈	18:00-18:55	1750	400	Ivy	多C			
TRX	TRX懸吊訓練	18:30-19:25	1500	350	Kiwi	多B			
舞蹈	韓國MV舞蹈	19:00-19:55	750	180	Angela	韻B	New		
飛輪	完美體態飛輪	19:00-19:50	900	210	Ling	飛輪			
肌力	基礎重訓	19:00-19:55	-	-	Zoe	體能	滿		
有氧	ZUMBA	19:00-19:55	750	180	尤雪	韻A			
空瑜	基礎空中瑜珈	19:00-19:55	-	-	Aya	多C	滿		
瑜珈	健康舒活	19:00-19:55	750	180	金華	多A			
有氧	ZUMBA	20:00-20:55	750	180	Jona	韻B	New		
有氧	iPARTY愛派對有氧	20:00-20:55	750	180	尤雪	韻A			
空瑜	基礎空中瑜珈	20:00-20:55	1750	400	軒軒	多C			
瑜珈	健康舒活	20:00-20:55	750	180	金華	多A			

# 8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：8/3(三)  
週四班級：8/4(四)

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室	備註
瑜珈	晨光瑜珈	三	09:00-09:55	5	600	150	明穗	韻A	
飛輪	基礎訓練飛輪		10:00-10:50		600	150	Kiwi	飛輪	
肌力	UA Training 全方位體能訓練		11:00-11:55		1000	250	Kiwi	多B	
瑜珈	墊上核心		11:00-11:55		600	150	Viki	韻B	
舞蹈	中東肚皮舞-進階班		13:30-14:55		900	210	宜君	韻A	
空瑜	空中瑜珈		17:00-17:55		1500	350	派派	多C	
羽球	成人羽球團體班		17:00-19:00		-	-	育震	球場	滿
飛輪	體態雕塑飛輪		18:00-18:50		900	210	Kiwi	飛輪	
肌力	燃脂重訓		18:00-18:55		1250	300	Zoe	體能	
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		1750	400	派派	多C	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		18:00-18:55		750	180	靜馨	韻B	
才藝	柔力球成人樂樂班		18:30-19:25		900	210	Sharen	韻A	
飛輪	進階飛輪		19:00-19:50		900	210	Kiwi	飛輪	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		750	180	靜馨	韻B	
空瑜	基礎空中瑜珈		19:10-20:05		1750	400	勇勇	多C	
瑜珈	悠活瑜珈		20:00-20:55		750	180	Helen	韻B	New
飛輪	快樂燃脂飛輪		20:00-20:50		900	210	Kiwi	飛輪	
肌力	綜合健身		20:00-20:55		1250	300	Teddy	體能	
技擊	取形化意-內家形意拳		20:00-20:55		750	180	明德	韻A	
空瑜	基礎空中瑜珈		20:10-21:05		1750	400	勇勇	多C	
TRX	TRX完美體態		21:00-21:55		1500	350	Kiwi	多B	
有氧	Strong Nation	21:00-21:55	750	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	
肌力	基礎重訓		10:00-10:55		800	250	Ruby	體能	New
TRX	TRX懸吊訓練		10:00-10:55		1000	300	Kiwi	多B	
瑜珈	晨光瑜珈		10:00-10:55		480	150	明穗	韻B	
有氧	ZUMBA		11:00-11:55		480	150	Grace	韻A	
飛輪	曲線雕塑飛輪		18:00-18:55		720	210	Kiwi	飛輪	
肌力	基礎肌力		19:00-19:55		1000	300	Ray	體能	New
TRX	TRX完美體態		19:00-19:55		1200	350	Kiwi	多B	
瑜珈	健康舒活		19:00-19:55		600	180	金華	多A	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		600	180	靜馨	韻A	
飛輪	基礎飛輪		19:00-19:55		720	210	Monkey	飛輪	
舞蹈	初級街舞		20:00-20:55		600	180	Angela	韻B	New
TRX	TRX完美體態		20:00-20:55		-	-	Kiwi	多B	滿
瑜珈	流動瑜珈		20:00-20:55		600	180	Cindy	韻A	
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	1000	300	Kiwi	多B			



# 8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: 8/5(五)  
週六班級: 8/6(六)  
週日班級: 8/7(日)

類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室	備註
飛輪	曲線雕塑飛輪	五	09:00-09:50	4	480	150	Kiwi	飛輪	
瑜珈	晨光瑜珈		09:00-09:55		480	150	明穗	韻B	
舞蹈	新古典舞		09:00-10:25	3	540	210	Yuki	韻A	8/5停課
瑜珈	晨光瑜珈		10:00-10:55		480	150	明穗	韻B	
瑜珈	皮拉提斯		11:00-11:55	4	480	150	明穗	韻B	New
空瑜	空中瑜珈		13:30-14:25		1200	350	Ivy	多C	
瑜珈	樂齡瑜珈		14:00-15:25	4	720	210	Janis	韻B	
飛輪	快樂燃脂飛輪		18:00-18:50		720	210	Kiwi	飛輪	
肌力	基礎重訓		18:00-18:55	4	-	-	Zoe	體能	滿
有氧	iPARTY愛派對有氧		19:00-19:55		600	180	尤雪	韻A	
技擊	健身拳擊		19:00-19:55	4	1000	300	孫駿	韻B	
空瑜	空中瑜珈		19:00-19:55		1400	400	派派	多C	
肌力	綜合健身		20:00-20:55	4	-	-	孫駿	體能	滿
有氧	Strong Nation		20:00-20:55		600	180	Eric	韻A	
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑	六	09:00-09:55	4	1000	300	Kiwi	多B	
技擊	走圓擺扣-八卦遊身掌		09:00-09:55		480	150	明德	韻A	
幼兒	迷你網球		10:00-10:50	4	1000	300	克里斯多福	多A	New
飛輪	入門飛輪		10:00-10:50		480	150	Kiwi	飛輪	
肌力	基礎重訓		10:00-10:55	4	-	-	Zoe	體能	滿
舞蹈	韓風KPOP		10:00-10:55		480	150	淳翊	多B	
瑜珈	悠活瑜珈		10:00-10:55	3	480	150	Helen	韻B	
兒童	兒童舞動爵士		10:00-10:55		360	150	Yuki	韻A	8/6停課
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		11:00-11:55	4	480	150	靜馨	韻B	
兒童	兒童空中瑜珈		11:00-11:55		1200	350	甜甜	多C	
肌力	基礎重訓		11:00-12:25	4	-	-	Zoe	體能	滿
兒童	兒童羽球團體班		12:00-13:30		-	-	世豪	球場	滿
兒童	兒童羽球團體班		13:00-14:30	3	-	-	俊逸	球場	滿
舞蹈	新古典舞		14:00-15:25		675	275	Yuki	韻B	8/6停課
羽球	成人羽球團體班	15:00-17:00	4	-	-	俊逸	球場	滿	
有氧	ZUMBA	15:50-16:45		600	180	尤雪	韻A		
空瑜	親子空中瑜珈	18:30-19:25	4	1400	400	甜甜	多C		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	19:00-19:55		600	180	靜馨	韻A		
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	19:00-19:55	4	600	180	金華	韻B		
舞蹈	Girl's HipHop	20:00-20:55		600	180	Angela	韻A		
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	20:00-20:55	日	600	180	金華	韻B		
TRX	懸吊與肌力	09:00-09:55		4	1000	300	將將	多B	
空瑜	空中瑜珈	09:00-09:55			1200	350	Shelley	多C	
飛輪	入門飛輪	10:00-10:50		4	480	150	Rody	飛輪	
有氧	燃脂有氧&肌力	10:00-10:55			480	150	將將	韻A	
空瑜	空中瑜珈	10:00-10:55		4	1200	350	Shelley	多C	
兒童	兒童街舞	10:00-10:55			480	150	淳翊	多A	New
肌力	基礎重訓	11:00-11:55		4	-	-	將將	體能	滿
兒童	兒童羽球團體班	13:00-14:30			-	-	世豪	球場	滿
兒童	兒童羽球團體班	15:00-17:00		4	1800	500	俊逸	球場	New
TRX	TRX曲線雕塑	17:00-17:55			1200	350	Kiwi	多B	
兒童	兒童羽球團體班	17:00-18:30		4	-	-	廷安	球場	滿
兒童	兒童羽球團體班	17:00-19:00			-	-	俊逸	球場	滿
空瑜	空中瑜珈	19:00-19:55		4	1400	400	派派	多C	
空瑜	空中瑜珈	20:00-20:55	1400		400	派派	多C		