

課程代碼	類別	星期	時間	課名	老師	費用	教室	備註
T011000	TRX	一	10:00~10:55	TRX燃脂肌力	JCU	\$ 2,000	多A	
Y011000	瑜珈		10:00~10:55	修復瑜珈	小廷	\$ 960	韻B	
Y011000	瑜珈		10:00~10:55	育兒媽媽瑜珈	Janis	\$ 1,600	韻A	
T011100	TRX		11:00~11:55	TRX燃脂肌力	JCU	\$ 2,000	多A	
F011100	飛輪		11:00~11:50	心肺飛輪	台富	\$ 960	飛輪	
AY011130	空瑜		11:30~12:25	空中瑜珈	筱晴	\$ 2,400	多B	
AY011330	空瑜		13:30~14:25	空中瑜珈	Ivy	\$ 2,400	多B	滿班
Y011350	瑜珈		13:50~14:45	脈輪能量瑜珈	巧純	\$ 960	韻A	
B011550	技擊		15:50~16:45	傳統老架熊氏太極拳	黃俊維	\$ 960	韻A	
D011800	舞蹈		18:00~18:55	MV熱舞	小穎	\$ 1,200	韻B	
AY011840	空瑜		18:40~19:35	基礎空中瑜珈	筱晴	\$ 2,800	多B	滿班
F012000	飛輪		20:00~20:50	心肺飛輪	台富	\$ 1,440	飛輪	
J020900	有氧		09:00~09:55	ZUMBA	大芯	\$ 960	韻A	
Y021000	瑜珈		10:00~10:55	皮拉提斯	鏞暉	\$ 960	韻A	
Y021000	瑜珈		10:00~10:55	瑜珈提斯	吉鵝	\$ 960	多A	
AY021100	空瑜		11:00~11:55	空中瑜珈	Ivy	\$ 2,400	多B	
Y021100	瑜珈	11:00~11:55	舒緩瑜珈	吉鵝	\$ 960	多A		
AY021100	空瑜	11:00~11:55	空中瑜珈	Ivy	\$ 2,400	多B		
T021450	TRX	14:50~15:45	TRX核心訓練	JCU	\$ 2,000	多A		
J021450	有氧	14:50~15:45	iPARTY愛派對有氧	尤雪	\$ 960	韻A		
F021600	飛輪	16:00~16:50	肌耐力飛輪	台富	\$ 960	飛輪		
Y021730	瑜珈	17:30~18:25	健康舒活	金華	\$ 1,200	韻B		
J021800	有氧	18:00~18:55	拳擊有氧入門	JCU	\$ 1,200	多B		
Y021800	瑜珈	18:00~18:55	基礎瑜珈	Cindy	\$ 1,200	多A		
Y021800	瑜珈	18:00~18:55	入門瑜珈	小穎	\$ 1,200	韻A		
C021840	幼兒	18:40~19:35	幼兒體能	Nemo	\$ 2,400	韻B		
F021900	飛輪	19:00~19:50	完美體態飛輪	Ling	\$ 1,440	飛輪		
Y021900	瑜珈	19:00~19:55	健康舒活	金華	\$ 1,200	韻A		
D021900	舞蹈	19:00~19:55	拉丁舞班	柳叮	\$ 1,200	多A		
D022000	舞蹈	20:00~20:55	摩登舞班(華爾滋)	柳叮	\$ 1,200	韻B		
AY022000	空瑜	20:00~20:55	空中瑜珈	Ivy	\$ 2,800	多B	滿班	
F022100	飛輪	21:00~21:50	基礎飛輪	Monkey	\$ 1,440	飛輪		
Y030900	瑜珈	09:00~09:55	核心強化皮拉提斯	宸瑤	\$ 960	韻A		
F030900	飛輪	09:00~09:50	低衝擊燃脂飛輪	JCU	\$ 960	飛輪		
T031000	TRX	10:00~10:55	懸吊TRX	JCU	\$ 2,000	多A		
Y031000	瑜珈	10:00~10:55	修復瑜珈	小廷	\$ 960	韻B		
Y031000	瑜珈	10:00~10:55	脊椎螺旋運動	宸瑤	\$ 960	韻A		
T031110	TRX	11:10~12:05	懸吊TRX	阿Q	\$ 2,000	多A		
D031415	舞蹈	14:15~15:40	中東肚皮舞	高宜君	\$ 1,440	多B		
F031800	飛輪	18:00~18:50	體態雕塑飛輪	台富	\$ 1,440	飛輪		
CR031840	才藝	18:40~19:35	柔力球成人樂樂班	Sharen	\$ 1,440	多A		
F031900	飛輪	19:00~19:50	進階飛輪	Kiwi	\$ 1,440	飛輪		
T031900	TRX	19:00~19:55	TRX肌力與體能	Josh	\$ 2,400	多B		
BK032000	羽球	20:00~22:00	成人羽球團體班	李慈涵	\$ 1,440	綜合球場		
F032000	飛輪	20:00~20:50	快樂燃脂飛輪	Kiwi	\$ 1,440	飛輪		
Y032000	瑜珈	20:00~20:55	修復瑜珈	小廷	\$ 1,200	韻A		
AY032000	空瑜	20:00~20:55	基礎空中瑜珈	筱晴	\$ 2,800	多B		
J040900	有氧	09:00~09:55	ZUMBA	大芯	\$ 1,080	韻A		
D041000	舞蹈	10:00~10:55	大溪地有氧草裙舞	珮瑄	\$ 1,080	多B		
AY041300	空瑜	13:00~14:30	空中瑜珈	Ivy	\$ 4,050	多B		
J041450	有氧	14:50~15:45	ZUMBA	尤雪	\$ 1,080	韻A		
T041550	TRX	15:50~16:45	TRX燃脂肌力	台富	\$ 2,250	多A		

Y041800	瑜珈	四	17:30~18:25	整體美型脊椎瑜珈	靜馨	\$ 1,350	韻A		
T041800	TRX		18:00~18:55	懸吊TRX	台富	\$ 2,700	多B	滿班	
Y041900	瑜珈		19:00~19:55	健康舒活	金華	\$ 1,350	韻B		
Y041900	瑜珈		19:00~19:55	基礎瑜珈	Cindy	\$ 1,350	韻A		
F042000	飛輪		20:00~20:50	體態雕塑飛輪	台富	\$ 1,620	飛輪		
J042000	有氧		20:00~20:55	iPARTY愛派對有氧	尤雪	\$ 1,350	韻A		
T042000	TRX		20:00~20:55	懸吊TRX	阿Q	\$ 2,700	多B	滿班	
Y042000	瑜珈		20:00~20:55	健康舒活	金華	\$ 1,350	韻B		
Y050900	瑜珈		五	09:00~09:55	脊椎螺旋	宸瑤	\$ 960	韻A	
Y051000	瑜珈	10:00~10:55		核心強化皮拉提斯	宸瑤	\$ 960	韻A		
Y051100	瑜珈	11:00~11:55		筋膜按摩放鬆課	宸瑤	\$ 960	韻A		
AY051220	空瑜	12:20~13:15		空中瑜珈	筱晴	\$ 2,400	多B		
AY051350	空瑜	13:50~14:45		空中瑜珈	Ivy	\$ 2,400	多B		
Y051450	瑜珈	14:50~15:45		瑜珈伸展	Kate	\$ 960	韻A		
AY051800	空瑜	17:30~18:25		空中瑜珈	Ivy	\$ 2,800	多B	滿班	
Y051800	瑜珈	18:00~18:55		健康舒活	金華	\$ 1,200	韻A		
F051800	飛輪	18:00~18:50		100%完美享瘦飛輪	Kiwi	\$ 1,440	飛輪		
Y051900	瑜珈	19:00~19:55		脈輪能量瑜珈	巧純	\$ 1,200	韻B		
Y051900	瑜珈	19:00~19:55		健康舒活	金華	\$ 1,200	韻A		
BA051900	籃球	19:00~20:00		幼兒籃球團體班	Nemo	\$ 2,100	綜合球場	滿班	
T052000	TRX	20:00~20:55		TRX肌力與體能	Josh	\$ 2,400	多A		
J052000	有氧	20:00~20:55		燃脂有氧	小宇	\$ 1,200	多B		
F052100	飛輪	21:00~21:50		初階飛輪	Monkey	\$ 1,440	飛輪		
G052100	肌力	21:00~21:55		肌力與滾筒放鬆	小宇	\$ 1,440	多B		
F061000	飛輪	六		10:00~10:50	入門飛輪	阿Q	\$ 1,620	飛輪	
T061450	TRX			14:50~15:45	TRX肌力與體能	Josh	\$ 2,700	多A	
G062000	肌力		19:00~19:55	全方位雕塑	謝肇哲	\$ 1,620	韻A		
F061900	飛輪		20:00~20:50	入門飛輪	謝大哲	\$ 1,620	飛輪		
J070900	有氧	日	09:00~09:55	iPARTY愛派對有氧	將將	\$ 1,350	韻B		
J071000	有氧		10:00~10:55	iWALK 愛健走有氧	將將	\$ 1,350	韻B		
Y071000	瑜珈		10:00~10:55	基礎瑜珈	Janis	\$ 1,350	韻A		
BK071030	羽球		10:30~12:00	兒童羽球團體班	李慈涵	\$ 3,375	綜合球場		
AY071100	空瑜		11:00~11:55	空中瑜珈	Ivy	\$ 3,150	多B		
F071500	飛輪		15:00~15:50	週末享瘦飛輪	Kiwi	\$ 1,620	飛輪		