

課程第二件半價

5月 ▶ 6月 雙月期課簡章
109/05/01-109/06/30

04/15-04/21

- 優惠一 原班續報85折**
 - 優惠二 6人團報 ▶ 舊生8折 ▶▶ 新生85折**
-團報須同一門課程且限現金付款-
- (空瑜、TRX、水瑜、混合肌力、幼兒、空手道僅需5人即享8折優惠)

04/22-04/29

- 優惠一 大專院校學生任選課程享88折**
(須出示學生證或在學證明)
 - 優惠二 任選課程第二件半價** (以價低者半價，限同一人)
 - 優惠三 兩人9折、四人85折**
- *課程第二件半價：若其中一門未開成，另一門將享85優惠
家教班亦享有**優惠一**及**優惠三**之折扣唷

星期	一	二	三	四	五	六	日
課堂次數	9	9	8	8	9	9	9
停課日期							

*非墊上課程(飛輪、有氧、舞蹈、TRX、肌力、技擊等)請帶一雙乾淨鞋替換
本場館保留活動最終解釋及變更權利
於上課或活動拍攝之照片本中心有權使用及行銷宣傳

注：1.需親臨本館報名，可先以電話詢問是否開課。
2.本場館保留各項課程內容調整及變更權利。
3.如需退費請向原報名處辦理，恕不退費。上述條件一者恕無法完成退費手續。
項(1)退費金額計算方式：
退費金額 = (當期課程原價 - (當期課程原價 × 已使用堂數)) × 20%
項(2)本場館之團體課程，如學員私人請假，無法另行補課、退費、遷場、延期、重開等天災均依宜蘭縣政府或行政院人事行政局布告停課停課規定辦理，本館不另行通知，補課方式另行公告於體育教練專員及官網。
(3)其他注意事項請親臨本館諮詢體育教練專員及官網公告為主，為保障您的權益，請密切注意通知，本場館保有課程報名之最終解釋權，可因實際運作保留課程報名、停課、取消及更換教練等權利。
(4)如課程未開課，將會於課程開課前三天通知調整或取消，如課程開課後，將不另行通知。

▲以上課程優惠方案不適用於游泳課程

▲各項優惠不得合併使用

TRX

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
TRX+HIT高強度肌力訓練		10:00-10:55		\$2,250	\$300	Kiwi
TRX+HIT高強度肌力訓練		11:00-11:55		\$2,250	\$300	Kiwi
TRX懸吊訓練		14:00-14:55		\$2,250	\$300	謝大哲 NEW
TRX懸吊訓練	一	14:30-15:25	9	\$2,250	\$300	Kevin
TRX核心訓練		17:00-17:55		\$2,250	\$300	Mac NEW
TRX懸吊訓練		19:00-19:55		\$2,700	\$350	Mac
TRX肌力與伸展		20:00-20:55		\$2,700	\$350	筱晴
TRX核心訓練	二	14:00-14:55	9	\$2,250	\$300	Josh NEW
TRX核心訓練		14:50-15:45		\$2,250	\$300	Mac NEW
TRX曲線雕塑		09:00-09:55		\$2,000	\$300	Kiwi NEW
TRX懸吊訓練	三	11:10-12:05	8	\$2,000	\$300	Kevin
TRX核心訓練		18:00-18:55		\$2,400	\$350	Mac NEW
TRX懸吊訓練		10:00-10:55		\$2,000	\$300	Kiwi
TRX懸吊訓練		10:00-10:56		\$2,000	\$300	Poca NEW
TRX美力雕塑		15:00-15:55		\$2,000	\$300	欣欣 NEW
TRX間歇燃脂		16:00-16:55		\$2,000	\$300	欣欣 NEW
TRX+HIT完美曲線雕塑	四	17:00-17:55	8	\$2,000	\$300	Kiwi
TRX懸吊訓練		18:00-18:55		\$2,400	\$350	Josh NEW
TRX懸吊訓練		19:00-19:55		\$2,400	\$350	Josh
TRX完美體態		21:00-21:55		\$2,400	\$350	Kiwi
TRX曲線雕塑		10:00-10:55		\$2,250	\$300	Kiwi
TRX美力雕塑		15:00-15:55		\$2,250	\$300	欣欣 NEW
TRX間歇燃脂		16:00-16:55		\$2,250	\$300	欣欣 NEW
TRX+HIT完美曲線雕塑	五	17:00-17:55	9	\$2,250	\$300	Kiwi NEW
TRX全身雕塑		19:00-19:55		\$2,700	\$350	Mac
TRX核心訓練		20:00-20:55		\$2,700	\$350	Mac NEW
TRX+HIT曲線雕塑		09:00-09:55		\$2,250	\$300	Kiwi
TRX+HIT曲線雕塑		11:00-11:55		\$2,250	\$300	Kiwi
TRX懸吊訓練	六	15:00-15:55	9	\$2,700	\$350	謝大哲 NEW
TRX曲線雕塑		17:00-17:55		\$2,700	\$350	Kiwi NEW
TRX完美體態		18:00-18:55		\$2,700	\$350	Kiwi
TRX肌力訓練		14:00-14:55		\$2,700	\$350	Ruby NEW
TRX肌力訓練		15:00-15:55		\$2,700	\$350	Ruby NEW
TRX曲線雕塑	日	17:00-17:55	9	\$2,700	\$350	Kiwi NEW
TRX肌力訓練		18:00-18:55		\$2,700	\$350	Ruby NEW
TRX肌力訓練		19:00-19:55		\$2,700	\$350	Ruby NEW

技擊

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
熊氏太極拳氣功導引	一	14:50-16:45	9	\$2,160	\$300	黃俊維
陳氏太極拳	二	08:00-08:55		\$1,080	\$150	陳志山 NEW
基礎空手道	二	15:00-16:00	9	\$2,250	\$300	Tiger NEW
陳氏太極拳	三	13:50-14:45	8	\$960	\$150	陳志山 NEW
陳氏太極拳		08:00-08:55		\$960	\$150	陳志山 NEW
基礎空手道	四	15:00-16:00	8	\$2,000	\$300	Tiger NEW
修身拳擊		19:00-19:55		\$1,440	\$200	Rachel NEW
陳氏太極拳	五	11:00-11:55	9	\$1,080	\$150	陳志山 NEW
Thump Boxing		19:00-19:55		\$1,620	\$200	小馬
體適能泰拳	六	15:00-15:55	9	\$1,620	\$200	Rachel NEW
拳擊體適能		18:00-18:55		\$1,620	\$200	小馬 NEW

肌力

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
壺鈴減脂	一	20:10-21:00	9	\$3,150	\$400	Mac
彈力帶基礎訓練		11:00-11:55		\$1,800	\$250	Zoe
肌力與體能訓練	二	12:00-12:55	9	\$1,800	\$250	Zoe
壺鈴肌力訓練		19:00-19:55		\$3,150	\$400	Josh NEW
混合肌力		19:00-19:55		\$2,000	\$300	Kevin
混合肌力	四	20:00-20:55	8	\$2,000	\$300	Kevin
混合肌力		21:00-21:55		\$2,000	\$300	Kevin NEW
彈力帶基礎訓練		11:00-11:55		\$1,800	\$250	Zoe NEW
肌力與體能訓練	五	12:00-12:55	9	\$1,800	\$250	Zoe NEW
徒手健身		14:50-15:45		\$1,800	\$250	Mac NEW
入門壺鈴		20:10-21:00		\$3,150	\$400	Mac NEW
燃脂拳擊	六	16:00-16:55	9	\$2,250	\$300	Rachel NEW
彈力帶基礎訓練		19:00-19:55		\$2,250	\$300	Zoe NEW
徒手健身		18:00-18:55		\$2,250	\$300	Mac NEW
彈力帶基礎訓練	日	19:00-19:55	9	\$2,250	\$300	Zoe NEW
肌力與體能訓練		20:00-20:55		\$2,250	\$300	Zoe NEW

舞蹈

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
歡樂萊萊場		09:00-10:30		\$1,620	\$200	Tracy
URBAN DANCE	一	15:00-15:55	9	\$1,080	\$150	Warren NEW
熱門MV熱舞		18:00-18:55		\$1,350	\$180	小穎
爵士舞		09:00-10:30		\$1,620	\$200	Tracy
中東肚皮舞	二	13:30-15:00	9	\$1,620	\$200	宜君
流行MV舞蹈		18:00-18:55		\$1,350	\$180	邦威 NEW
印度萊萊場		09:30-11:00		\$1,440	\$200	宜君
中東肚皮舞	三	14:15-15:40	8	\$1,440	\$200	宜君
Grills Hiphop		15:00-15:55		\$960	\$150	Warren NEW
流行MV舞蹈		18:00-18:55		\$1,200	\$180	邦威 NEW
流行MV舞蹈	四	18:00-18:55	8	\$1,200	\$180	邦威 NEW
東方肚皮舞		19:10-20:05		\$1,200	\$180	宛瑜
新古典舞		09:00-10:30		\$1,620	\$200	Tracy
新流行健身熱舞	五	10:00-10:55	9	\$1,080	\$150	Warren NEW
新古典舞		14:00-15:30		\$1,620	\$200	Tracy NEW
兒童爵士舞	六	09:00-10:00	9	\$1,080	\$150	Tracy
新古典舞		18:30-20:00		\$2,025	\$250	Tracy NEW
URBAN DANCE	日	20:00-20:55	9	\$1,350	\$180	Warren NEW

攀岩

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
基礎攀岩	三	15:00-16:00	8	\$3,600	\$500	陳信豪 NEW
基礎攀岩		19:00-20:00		\$3,600	\$500	陳信豪 NEW
基礎攀岩	四	15:00-16:00	8	\$3,600	\$500	陳信豪 NEW
基礎攀岩		19:00-20:00		\$3,600	\$500	陳信豪 NEW
基礎攀岩	六	19:00-20:00	9	\$4,050	\$500	陳信豪 NEW
基礎攀岩	日	10:00-11:00	9	\$4,050	\$500	陳信豪 NEW

游泳

- 1.上課期間無法到課請假，請假每堂補泳池入場一次。
- 2.團體課程請假或未到期者恕無法補課，缺課憑簽到單學員自行入場練習，請於課期間至課程結束一個月內使用完畢。
- 3.團體班費用皆包含教練費、保險費、教材費及一位免費陪同(不下水)。
- 4.確定開課之班級，報名期限為開課日前一天。

優惠一
原班續報享9折優惠

優惠二
學員憑簽到單或購課發票
購買月會員享9折優惠
-幼兒團體班不適用此優惠-

課程對象	星期	時間	堂數	價格	開班人數	滿班人數
幼兒	一、四	09:00-10:00 10:30-11:30	6	\$2,000	3	5
	二、五	16:00-17:00 17:30-18:30				
	六、日	19:00-20:00				
兒童	一、四	17:00-18:00 18:30-19:30	10	\$3,500	3	6
	三、五	20:00-21:00				
兒童	六、日	10:00-11:00 13:00-14:00 15:00-16:00 18:00-19:00	10	\$3,500	3	6
成人	一、四	09:00-10:00 10:30-11:30	10	\$2,500	5	10
	二、五	16:00-17:00 17:30-18:30				
	六、日	19:00-20:00				

游泳 家教班

課名	時間	費用
1對1教練班		\$12,000/人
1對1天使班	堂數 10堂課共10小時	\$10,000/人
1對2教練班		\$7,000/人
1對3教練班	時間 需配合現場時段與教練預約	\$5,000/人
1對4教練班		\$4,000/人

- 1.上課期間無法到課請自行與教練安排上課時間
- 2.報名費包含教練費、保險費、教材費及一位免費陪同(不下水)
- 3.報名「天使班」須出示身心障礙證明文件
- 4.報名多人家教班者須自行湊齊人數
- 5.報名多人家教班者，須同時段一起上課，不接受分批及分時段上課
- 6.報名多人家教班者，若單一學員欲退費，須全班學員一起退費

球類/健身 家教班

課名	堂數	價格	課名	堂數	價格
1對1教練課	5堂	\$5,500	1對2教練課	5堂	\$8,500
	10堂	\$10,000		10堂	\$15,000
	15堂	\$13,500		15堂	\$19,500
	20堂	\$16,000		20堂	\$22,000

每堂課為1小時，需在2個月內上完購買之課程
中心亦提供Inbody身體組成分析檢測：\$200/次

體能訓練 精緻班

課名	星期	時間	堂數	期課價格	老師
基礎重訓	一	18:00-18:55	9	\$3,600	ZOE
壺鈴減脂		20:00-20:55	9	\$3,600	MAC
女性基礎肌力	二	19:00-19:55	8	\$3,600	RUBY
基礎壺鈴	三	18:00-18:55	8	\$3,200	JOSH
修身拳擊	四	19:00-19:55	9	\$3,600	RACHEL

*4人開班，8人滿班

有氧

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
拳擊有氧		11:00-11:55		\$1,080	\$150	Yama
ZUMBA		13:50-14:45		\$1,080	\$150	Grace
ZUMBA		16:00-16:55		\$1,080	\$150	Poca NEW
肚皮舞有氧		17:00-17:55		\$1,080	\$150	小穎
Strong By Zumba	一	18:00-18:55	9	\$1,350	\$180	Eric
ZUMBA		18:00-18:55		\$1,350	\$180	Yolanda NEW
鼓棒有氧		19:00-19:55		\$1,350	\$180	Poca
燃燒卡路里		20:00-20:55		\$1,350	\$180	惠子
燃燒卡路里		21:00-21:55		\$1,350	\$180	惠子
ZUMBA		09:00-09:55		\$1,080	\$150	Grace
燃燒卡路里		13:50-14:45		\$1,080	\$150	惠子
拳擊有氧		13:50-14:45		\$1,080	\$150	Yama NEW
iPARTY愛派對有氧	二	14:50-15:45	9	\$1,080	\$150	尤雪
Strong By Zumba		18:00-18:55		\$1,350	\$180	Eric NEW
ZUMBA		19:00-19:55		\$1,350	\$180	尤雪
iPARTY愛派對有氧		20:00-20:55		\$1,350	\$180	尤雪
拳擊有氧		21:00-21:55		\$1,350	\$180	Yama NEW
燃燒卡路里	三	15:50-16:45	8	\$960	\$180	惠子
Strong By Zumba		21:00-21:55		\$1,200	\$180	Eric
拳擊有氧		08:00-08:55		\$960	\$150	Yama NEW
派對有氧		09:00-09:55		\$960	\$150	Grace
Strong By Zumba		10:00-10:55		\$960	\$150	Eric
ZUMBA	四	11:00-11:55	8	\$960	\$150	Grace
時尚雕塑有氧		11:00-11:55		\$960	\$150	Warren NEW
ZUMBA		14:50-15:45		\$960	\$150	尤雪
ZUMBA		17:00-17:55		\$960	\$150	Yolanda NEW
燃燒卡路里		20:00-20:55		\$1,200	\$180	惠子
iPARTY愛派對有氧	五	10:00-10:55	9	\$1,080	\$150	尤雪
拳擊有氧		13:00-13:55		\$1,080	\$150	Yama NEW
燃燒卡路里		13:50-14:45		\$1,080	\$150	惠子
ZUMBA						

瑜珈

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
修復瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	小廷
瑜珈輪		11:00-11:55		\$1,350	\$180	Ivy
全方位能量瑜珈		13:30-14:25		\$1,080	\$150	靜馨
多元化瑜珈		15:00-15:55		\$1,080	\$150	明德
多元化瑜珈	一	16:00-16:55	9	\$1,080	\$150	明德
修復瑜珈		16:00-16:55		\$1,080	\$150	小廷
健康舒活		18:00-18:55		\$1,350	\$180	金華
健康舒活		19:00-19:55		\$1,350	\$180	金華
美容燃脂塑形瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	靜馨
雕塑瘦身瑜珈		09:00-09:55		\$1,080	\$150	祥珍
皮拉提斯		10:00-10:55		\$1,080	\$150	鐵璋
瑜珈提斯		10:00-10:55		\$1,080	\$150	吉鵬
舒緩瑜珈		11:00-11:55		\$1,080	\$150	吉鵬
瑜珈提斯	二	15:50-16:45	9	\$1,080	\$150	尤雪
入門瑜珈		17:30-18:25		\$1,350	\$180	小穎
健康舒活		18:00-18:55		\$1,350	\$180	金華
健康舒活		19:00-19:55		\$1,350	\$180	金華
中階瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	Cindy
晨光瑜珈		08:00-08:55		\$960	\$150	明德
晨光瑜珈		09:00-09:55		\$960	\$150	明德
核心強化皮拉提斯		09:00-09:55		\$960	\$150	宸瑤
脊椎螺旋運動		10:00-10:55		\$960	\$150	宸瑤
修復瑜珈		10:00-10:55		\$960	\$150	小廷
基礎極球瑜珈提斯		10:30-11:25		\$960	\$150	Tracy
筋膜滾滾鬆鬆課	三	11:00-11:55	8	\$960	\$150	宸瑤
多元化瑜珈		15:00-15:55		\$960	\$150	明德
多元化瑜珈		16:00-16:55		\$960	\$150	明德
修復瑜珈		16:00-16:55		\$960	\$150	小廷
修復瑜珈		17:30-18:25		\$1,200	\$180	小廷
修復瑜珈		20:00-20:55		\$1,200	\$180	Fanny
精油放鬆瑜珈		21:00-21:55		\$1,200	\$180	筱晴
晨光瑜珈		08:00-08:55		\$960	\$150	明德
晨光瑜珈		09:00-09:55		\$960	\$150	明德
脊椎螺旋運動		09:00-09:55		\$960	\$150	宸瑤
核心強化皮拉提斯		10:00-10:55		\$960	\$150	宸瑤
筋膜滾滾鬆鬆課		11:00-11:55		\$960	\$150	宸瑤
芳療瑜珈	四	13:50-14:45	8	\$960	\$150	靜馨
修復瑜珈		15:00-15:55		\$960	\$150	小廷
身心靈平衡		18:00-18:55		\$1,200	\$180	威翰
雕塑瘦身瑜珈		18:00-18:55		\$1,200	\$180	祥珍
健康舒活		19:00-19:55		\$1,200	\$180	金華
健康舒活		20:00-20:55		\$1,200	\$180	金華
進階瑜珈		20:30-21:25		\$1,200	\$180	Cindy
雕塑瘦身瑜珈		09:00-09:55		\$1,080	\$150	祥珍
健康舒活	五	18:00-18:55	9	\$1,350	\$180	金華
健康舒活		19:00-19:55		\$1,350	\$180	金華
修復瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	Fanny
哈達瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	靜馨
修復瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	小廷
美容燃脂塑形瑜珈		13:50-14:45		\$1,350	\$180	靜馨
雕塑瘦身瑜珈	六	19:00-19:55	9	\$1,350	\$180	金華
雕塑瘦身瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	金華
美容燃脂塑形瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	靜馨
基礎極球瑜珈提斯		20:15-21:10		\$1,350	\$180	Tracy
整體美型脊柱瑜珈		21:00-21:55		\$1,350	\$180	靜馨
基礎瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	Janis
孕婦瑜珈	日	11:00-11:55	9	\$1,080	\$150	Janis
芳療瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	靜馨
整體美型脊柱瑜珈		21:00-21:55		\$1,350	\$180	靜馨

*「筋膜滾滾鬆鬆課」材料費\$2000另計

水瑜

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
水中修復瑜珈	一	10:45-11:40	9	\$2,700	\$350	Tracy
水中瑜珈	二	09:00-09:55	9	\$2,700	\$350	Ivy
水中修復瑜珈	二	10:45-11:40	9	\$2,700	\$350	Tracy
水中修復瑜珈	三	09:00-09:55	8	\$2,400	\$350	Tracy
水中修復瑜珈	五	10:45-11:40	9	\$2,700	\$350	Tracy
水中修復瑜珈	六	17:00-17:55	9	\$3,150	\$400	Tracy

飛輪

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
入門飛輪		13:00-13:50		\$1,080	\$150	Kevin
入門飛輪		15:00-15:50		\$1,080	\$150	謝大哲
入門飛輪	一	18:00-18:50	9	\$1,620	\$200	Ling
享瘦飛輪		19:00-19:50		\$1,620	\$200	Monkey
晚安基礎飛輪		20:00-20:50		\$1,620	\$200	Ling
入門飛輪		15:00-15:50		\$1,080	\$150	Ling
完美體態飛輪		18:00-18:50		\$1,620	\$200	Ling
完美體態飛輪	二	19:00-19:50	9	\$1,620	\$200	Ling
享瘦飛輪		20:00-20:50		\$1,620	\$200	Monkey
基礎飛輪		21:00-21:50		\$1,620	\$200	Monkey
基礎訓練飛輪		10:00-10:50		\$960	\$150	Kiwi
午餐前的燃脂飛輪		11:00-11:50		\$960	\$150	Kiwi
入門飛輪		15:00-15:50		\$960	\$150	謝大哲
體態雕塑飛輪	三	18:00-18:50	8	\$1,440	\$200	Kiwi
進階飛輪		19:00-19:50		\$1,440	\$200	Kiwi
快樂燃脂飛輪		20:00-20:50		\$1,440	\$200	Kiwi
完美曲線飛輪		21:00-21:50		\$1,440	\$200	Kiwi
燃脂飛輪		10:00-10:50		\$960	\$150	Sei
燃脂飛輪		11:00-11:50		\$960	\$150	Sei
完美曲線飛輪	四	18:00-18:50	8	\$1,440	\$200	Kiwi
快樂燃脂飛輪		19:00-19:50		\$1,440	\$200	Kiwi
曲線雕塑飛輪		20:00-20:50		\$1,440	\$200	Kiwi
曲線雕塑飛輪		09:00-09:50		\$1,080	\$150	Kiwi
燃脂飛輪		10:00-10:50		\$1,080	\$150	Sei
曲線雕塑飛輪	五	11:00-11:50	9	\$1,080	\$150	Kiwi
100%完美享瘦飛輪		18:00-18:50		\$1,620	\$200	Kiwi
晚安基礎飛輪		20:00-21:30		\$2,430	\$300	Ling
熱血飛輪		07:00-07:50		\$1,080	\$150	Monkey
熱血飛輪		08:00-08:50		\$1,080	\$150	Monkey
EZ飛輪		09:00-09:50		\$1,080	\$150	Monkey
入門飛輪	六	10:00-10:50	9	\$1,080	\$150	Kiwi
EZ飛輪		11:00-11:50		\$1,080	\$150	Monkey
快樂燃脂飛輪		15:00-15:50		\$1,620	\$200	Kiwi
入門飛輪		16:00-16:50		\$1,620	\$200	小折
入門飛輪		17:00-17:50		\$1,620	\$200	小折
週末享瘦飛輪		15:00-15:50		\$1,620	\$200	Kiwi
基礎訓練飛輪		16:00-16:50		\$1,620	\$200	Kiwi
低衝擊燃脂飛輪	日	18:00-18:50	9	\$1,620	\$200	Monkey
低衝擊燃脂飛輪		19:00-19:50		\$1,620	\$200	Monkey
入門飛輪		20:00-20:50		\$1,620	\$200	Monkey
入門飛輪		21:00-21:50		\$1,620	\$200	Monkey

空瑜

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
基礎空中瑜珈		09:00-09:55		\$2,700	\$350	婷婷
空中瑜珈		11:30-12:25		\$2,700	\$350	筱晴
空中瑜珈	一	13:00-14:25	9	\$4,050	\$500	Ivy
基礎空中瑜珈		19:00-19:55		\$3,150	\$400	筱晴
空中瑜珈		20:00-20:55		\$3,150	\$400	Tilly
空中瑜珈		11:30-12:25		\$2,700	\$350	Ivy
空中瑜珈	二	13:00-13:55	9	\$2,700	\$350	Ivy
空中瑜珈		19:00-19:55		\$3,150	\$400	Ivy
空中瑜珈		20:00-20:55		\$3,150	\$400	Ivy
空中瑜珈	三	18:30-19:25	8	\$2,800	\$400	Ivy
空中瑜珈		20:00-20:55		\$2,800	\$400	筱晴
基礎空中瑜珈		09:00-09:55		\$2,400	\$350	婷婷
空中瑜珈	四	11:00-11:55	8	\$2,400	\$350	Ivy
空中瑜珈		13:00-14:25		\$3,600	\$500	Ivy
空中瑜珈		17:30-18:25		\$2,800	\$400	Ivy
基礎空中瑜珈		09:00-09:55		\$2,400	\$350	婷婷
空中瑜珈		13:50-14:45		\$2,400	\$350	Ivy
空中瑜珈	五	18:00-18:55	9	\$3,150	\$400	Tilly
空中瑜珈		19:00-19:55		\$3,150	\$400	Tilly
空中瑜珈		20:00-20:55		\$3,150	\$400	婷婷
基礎空中瑜珈	六	20:00-20:55	9	\$3,150	\$400	婷婷
基礎空中瑜珈		09:00-09:55		\$2,700	\$350	婷婷
空中瑜珈	日	10:00-10:55	9	\$2,700	\$350	Ivy
空中療癒瑜珈		18:30-19:25		\$3,150	\$400	Kate
空中瑜珈		20:00-20:55		\$3,150	\$400	Kate

*「空中瑜珈」
1. 須穿著貼身運動長褲及有袖貼身上衣
2. 高低血壓、孕婦、青光眼(眼壓過高)、心臟病、近期動過脊椎手術者不適合此課程，或需請醫生評估

羽球

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童羽球團體班	一	18:30-20:00	9	\$3,375	\$425	慈涵
成人羽球團體班	一	20:00-22:00	9	\$3,240	\$410	慈涵
兒童羽球團體班	三	18:30-20:00	8	\$3,000	\$425	慈涵
成人羽球團體班	三	20:00-22:00	8	\$2,880	\$410	慈涵
兒童羽球團體班	五	18:30-20:00	8	\$3,000	\$425	慈涵
成人羽球團體班	五	20:00-22:00	8	\$2,880	\$410	慈涵
兒童羽球團體班	六	10:00-11:30		\$3,000	\$425	世豪
兒童羽球團體班	六	14:00-15:30	8	\$3,000	\$425	育震
兒童羽球團體班	六	18:00-20:00		\$4,000	\$550	李雅
兒童基礎團體班		08:30-09:30		\$2,250	\$300	世豪
兒童羽球團體班	日	14:00-15:30	9	\$3,375	\$425	育震
兒童羽球團體班		18:00-20:00		\$4,500	\$550	俊逸

籃球

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童籃球團體班	一	19:00-20:00	9	\$2,250	\$300	Henry
兒童籃球團體班	六	09:00-10:00	8	\$2,000	\$300	七星嶽
兒童籃球團體班	六	13:30-15:00	8	\$3,000	\$425	七星嶽
兒童籃球團體班	日	13:30-15:00	8	\$3,000	\$425	七星嶽

桌球

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
成人桌球團體班	一	09:00-11:00	9	\$3,240	\$410	正儒
兒童桌球進階班	三	19:00-20:30	8	\$3,000	\$425	小黑
成人桌球團體班	四	09:00-11:00	8	\$2,880	\$410	正儒
兒童桌球團體班	六	18:30-20:00	9	\$3,375	\$425	正儒

足球

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童足球團體班	六	14:30-16:00	8	\$3,000	\$425	李雍石

樂樂棒

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童樂樂棒球	六	15:00-17:00	8	\$4,000	\$550	世軒
兒童樂樂棒球	日	15:00-17:00	9	\$4,500	\$550	世軒

幼兒

課名	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
親子動一動	一	10:00-10:55	9	\$2,250	\$300	小穎
幼幼足球團體班		10:30-11:30	8	\$2,400	\$350	鬍子
幼兒綜合體能	五	18:00-18:55	9	\$2,700	\$350	大江
幼兒綜合體能		19:00-19:55		\$2,700	\$350	大江
幼兒綜合體能		09:00-09:55		\$2,250	\$300	大江
幼兒綜合體能	六	10:00-10:55	9	\$2,250	\$300	大江
迷你網球		10:30-11:25		\$2,250	\$300	克里斯多福
迷你網球		18:00-18:55		\$2,700	\$350	克里斯多福
迷你網球		08:30-09:25		\$2,250	\$300	克里斯多福
幼兒綜合體能	日	09:00-09:55	9	\$2,250	\$300	大江
幼兒綜合體能		10:00-10:55		\$2,250	\$300	大江

*「親子動一動」：適合2-6歲
*「籃球團體班、迷你網球班、足球團體班」：適合4-6歲
*「幼幼足球團體班」：針對學齡前的孩童(3歲左右)
*「幼兒綜合體能」：探索教育結合體能訓練