

類別	課程代碼	週次	上課時間	課名	老師	堂數	期課價	單堂體	教室	備註	
瑜珈	Y010800	一	08:00-08:55	香氛晨練瑜珈	靜馨	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室B		
舞蹈	D010900		09:00-10:30	歡樂寶萊塢	凡凡	8	\$ 1,440	\$ 200	多功能教室B		
瑜珈	Y011000		10:00-10:55	修復瑜珈	小廷	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室B		
有氧	J011000		10:00-10:55	ZUMBA	Grace	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室A		
有氧	J011100		11:00-11:55	拳擊有氧	Yama	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室A		
空中瑜珈	AY011130		11:30-12:25	空中瑜珈	筱晴	8	\$ 2,400	\$ 350	多功能教室B	滿	
瑜珈	Y011330		13:30-14:25	全方位能量瑜珈	靜馨	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室B		
TRX	T011430		14:30-15:25	TRX懸吊訓練	Kevin	8	\$ 2,000	\$ 300	多功能教室B		
肌力	G011800A		18:00~18:55	基礎重訓	ZOE	8	\$ 3,600	\$ 500	體能教室		
TRX	T011800		18:00-18:55	TRX懸吊訓練	Iris	8	\$ 2,400	\$ 350	多功能教室B		
瑜珈	Y011800		18:00-18:55	健康舒活	金華	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室B		
瑜珈	Y011900		19:00-19:55	健康舒活	金華	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室B		
TRX	T011900		19:00-19:55	TRX懸吊訓練	Mac	8	\$ 2,400	\$ 350	多功能教室B		
有氧	J011900		19:00-19:55	鼓棒有氧	Poca	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室A	滿	
有氧	J012000		20:00-20:55	ZUMBA	Eric	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室A		
舞蹈	D012000		20:00-20:55	Barre芭蕾雕塑	Tilly	8	\$ 1,200	\$ 180	多功能教室B		
肌力	G012010		20:10-21:00	壺鈴減脂	Mac	8	\$ 2,800	\$ 400	體能教室	滿	
有氧	J020900		二	09:00-09:55	ZUMBA	Grace	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A	
舞蹈	D020900			09:00-10:30	爵士舞	凡凡	9	\$ 1,620	\$ 200	多功能教室B	
TRX	T021000			10:00-10:55	TRX懸吊訓練	Kevin	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室A	
瑜珈	Y021000	10:00-10:55		瑜珈提斯	吉鵝	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
瑜珈	Y021100	11:00-11:55		舒緩瑜珈	吉鵝	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
空中瑜珈	AY021100	11:30-12:25		空中瑜珈	Ivy	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
空中瑜珈	AY021300	13:00-13:55		空中瑜珈	Ivy	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
舞蹈	D021330	13:30-15:00		中東肚皮舞	宜君	9	\$ 1,620	\$ 200	韻律教室B		
有氧	J021450	14:50-15:45		iPARTY愛派對有氧	尤雪	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
飛輪	F021500	15:00-15:50		入門飛輪	Ling	9	\$ 1,080	\$ 150	飛輪教室		
瑜珈	Y021550	15:50-16:45		瑜珈提斯	尤雪	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y021730	17:30-18:25		入門瑜珈	小穎	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
舞蹈	D021800	18:00-18:55		流行MV舞蹈	邦威	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
飛輪	F021800	18:00-18:50		完美體態飛輪	Ling	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
飛輪	F021900	19:00-19:50		完美體態飛輪	Ling	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
有氧	J021900	19:00-19:55		ZUMBA	尤雪	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
瑜珈	Y021900	19:00-19:55		健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	多功能教室A		
幼兒	C021900	19:00-19:55		幼兒綜合體能	大江	9	\$ 2,700	\$ 350	韻律教室B		
空中瑜珈	AY021900	19:00-19:55		空中瑜珈	Ivy	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B	滿	
瑜珈	Y022000	20:00-20:55		健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	多功能教室A		
空中瑜珈	AY022000	20:00-20:55	空中瑜珈	Ivy	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B			
有氧	J022000	20:00-20:55	iPARTY愛派對有氧	尤雪	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A			
瑜珈	Y022000	20:00-20:55	中階瑜珈	Cindy	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B			
有氧	J022100	21:00-21:55	拳擊有氧	Yama	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A			
飛輪	F022100	21:00-21:50	基礎飛輪	Monkey	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室			
瑜珈	Y030900	三	09:00-09:55	晨光瑜珈	明德	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
瑜珈	Y030900		09:00-09:55	基礎極瑜珈提斯	凡凡	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y031000		10:00-10:55	修復瑜珈	小廷	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
飛輪	F031000		10:00-10:50	基礎訓練飛輪	Kiwi	9	\$ 1,080	\$ 150	飛輪教室		
TRX	T031110		11:10-12:05	TRX懸吊訓練	Kevin	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室B		
舞蹈	D031415		14:15-15:40	中東肚皮舞	宜君	9	\$ 1,620	\$ 200	韻律教室A		
瑜珈	Y031730		17:30-18:25	瑜珈健康GO	Fanny	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
飛輪	F031800		18:00-18:50	體態雕塑飛輪	Kiwi	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
才藝	CRO31840		18:40-19:35	柔力球成人樂樂班	Sharen	9	\$ 1,620	\$ 200	韻律教室A		
空瑜	AY031900		19:00~19:55	空中瑜珈	筱晴	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B		
瑜珈	Y031900		19:00-19:55	心流瑜珈	巧純	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
飛輪	F031900		19:00-19:50	進階飛輪	Kiwi	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
飛輪	F032000		20:00-20:50	快樂燃脂飛輪	Kiwi	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
空中瑜珈	AY032000		20:00-20:55	基礎空中瑜珈	筱晴	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B	滿	
羽球	BK032000		20:00-22:00	成人羽球團體班	慈涵	9	\$ 3,600	\$ 450	綜合球場	滿	
有氧	J032100		21:00-21:55	Strong Nation	Eric	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
有氧	J040900		四	09:00-09:55	派對有氧	Nelly	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A	
瑜珈	Y040900			09:00-09:55	晨光瑜珈	明德	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B	
瑜珈	Y041000			10:00-10:55	瑜珈輪	Ivy	9	\$ 1,350	\$ 180	多功能教室B	
有氧	J041000			10:00-10:55	Strong Nation	Eric	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A	

TRX	T041000	四	10:00-10:55	TRX懸吊訓練	Kiwi	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室A		
有氧	J041100		11:00-11:55	ZUMBA	Grace	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
空中瑜珈	AY041100		11:00-11:55	空中瑜珈	Ivy	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
有氧	J041450		14:50-15:45	ZUMBA	尤雪	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y041500		15:00-15:55	修復瑜珈	小廷	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
空中瑜珈	AY041730		17:30-18:25	空中瑜珈	Ivy	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B		
飛輪	F041800		18:00-18:50	完美曲線飛輪	Kiwi	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
舞蹈	D041800		18:00-18:55	流行MV舞蹈	邦威	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
瑜珈	Y041800		18:00-18:55	多元化瑜珈	明穗	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
肌力	G041900		19:00-19:55	混合肌力	Kevin	9	\$ 2,250	\$ 300	體能教室	滿	
瑜珈	Y041900		19:00-19:55	健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
空中瑜珈	AY041900		19:00-19:55	基礎空中瑜珈	筱晴	9	\$ 1,350	\$ 180	多功能教室B		
TRX	T041900		19:00-19:55	TRX完美體態	Kiwi	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室A	滿	
TRX	T042000		20:00-20:55	TRX完美體態	Kiwi	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室A		
肌力	G042000		20:00-20:55	混合肌力	Kevin	9	\$ 2,250	\$ 300	體能教室		
瑜珈	Y042000		20:00-20:55	健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
瑜珈	Y050800		五	08:00-08:55	晨光瑜珈	明穗	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B	
飛輪	F050900			09:00-09:50	曲線雕塑飛輪	Kiwi	9	\$ 1,080	\$ 150	飛輪教室	
舞蹈	D050900			09:00-10:30	新古典舞	凡凡	9	\$ 1,620	\$ 200	韻律教室A	
有氧	J051000			10:00-10:55	iPARTY愛派對有氧	尤雪	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B	
空中瑜珈	AY051130	11:30-12:25		空中瑜珈	筱晴	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
空中瑜珈	AY051330	13:30-14:25		空中瑜珈	Ivy	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
空中瑜珈	AY051430	14:30-15:25		空中瑜珈	Ivy	9	\$ 2,700	\$ 350	多功能教室B		
空中瑜珈	AY051800	18:00-18:55		空中瑜珈	Tilly	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B		
飛輪	F051800	18:00-18:50		100%完美享瘦飛輪	Kiwi	9	\$ 1,620	\$ 200	飛輪教室		
有氧	J051800	18:00-18:55		ZUMBA	Yolanda	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
瑜珈	Y051800	18:00-18:55		健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
瑜珈	Y051900	19:00-19:55		健康舒活	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
羽球	BK052000	20:00~22:00		成人羽球團體班	慈涵	9	\$ 3,600	\$ 450	綜合球場		
空中瑜珈	AY052000	20:00-20:55		基礎空中瑜珈	婷婷	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B	滿	
有氧	J052000	20:00-20:55		燃脂有氧	小宇	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
有氧	J052000	20:00-20:55		Strong Nation	Eric	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
空中瑜珈	AY052100	21:00-21:55	基礎空中瑜珈	婷婷	9	\$ 3,150	\$ 400	多功能教室B			
有氧	J052100	21:00-21:55	Strong Nation	Eric	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A			
TRX	T060900	六	09:00-09:55	TRX+HIIT曲線雕塑	Kiwi	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室B	滿	
舞蹈	D060900		09:00-09:55	兒童爵士舞	凡凡	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y061000A		10:00~10:55	芳香燃脂塑形瑜珈	靜馨	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y061000		10:00-10:55	修復瑜珈	小廷	9	\$ 1,080	\$ 150	韻律教室B		
有氧	J061000		10:00-10:55	ZUMBA	Yolanda	9	\$ 1,080	\$ 150	多功能教室B		
飛輪	F061000		10:00-10:50	入門飛輪	Kiwi	9	\$ 1,080	\$ 150	飛輪教室		
幼兒	C061030		10:30-11:25	迷你網球	克里斯多福	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室A		
肌力	G061300		13:00-13:55	XCO燃脂肌力雕塑	沁怡	9	\$ 2,250	\$ 300	韻律教室A		
TRX	T061230		12:30-13:25	TRX+HIIT曲線雕塑	Kiwi	9	\$ 2,250	\$ 300	多功能教室B		
有氧	J061550		15:50-16:45	iPARTY愛派對有氧	尤雪	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A		
瑜珈	Y061900		19:00-19:55	雕塑瘦身瑜珈	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
瑜珈	Y062000		20:00-20:55	雕塑瘦身瑜珈	金華	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室B		
瑜珈	Y062000	20:00-20:55	美容燃脂塑形瑜珈	靜馨	9	\$ 1,350	\$ 180	韻律教室A			
有氧	J070900	日	09:00-09:55	iPARTY愛派對有氧	將將	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室A		
空中瑜珈	AY070900		09:00-09:55	基礎空中瑜珈	婷婷	8	\$ 2,400	\$ 350	多功能教室B	滿	
有氧	J071000		10:00-10:55	iWALK愛健走有氧	將將	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室A		
瑜珈	Y071000		10:00-10:55	基礎瑜珈	Janis	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室B		
空中瑜珈	AY071000		10:00-10:55	空中瑜珈	Ivy	8	\$ 2,400	\$ 350	多功能教室B	滿	
瑜珈	Y071100		11:00-11:55	孕婦瑜珈	Janis	8	\$ 960	\$ 150	韻律教室B		
籃球	BA071600		16:00-17:30	兒童籃球團體班	King	8	\$ 2,800	\$ 400	綜合球場		
有氧	J072000		20:00-20:55	拳擊有氧	Yama	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室A		
舞蹈	D072000		20:00-20:55	URBAN DANCE	Warren	8	\$ 1,200	\$ 180	韻律教室B		
空中瑜珈	AY072000		20:00-20:55	空中瑜珈	Kate	8	\$ 2,800	\$ 400	多功能教室B	滿	

