

03月-04月 開課表

111年03.01-04.30

非墊上課程, 請帶一雙乾淨鞋替換 | 疫情期間, 瑜珈課程請自備瑜珈墊 (若需租借, 酌收清潔費20元/次)

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室
舞蹈 New	歡樂寶萊塢	一	09:00-10:25	8	\$1,440	\$210	Yuki	韻B
TRX 滿	TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00-10:55		\$2,000	-	Kiwi	多B
有氧	ZUMBA		10:00-10:55		\$960	\$150	Grace	韻A
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$960	\$150	小廷	多C
舞蹈	韓風MV熱舞		11:00-12:25		\$1,440	\$210	Grace	韻A
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		13:30-14:25		\$960	\$150	靜馨	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈		18:00-18:55		\$2,800	\$400	派派	多C
有氧	ZUMBA		18:00-18:55		\$1,200	\$180	Poca	韻A
瑜珈	健康舒活		18:00-18:55		\$1,200	\$180	金華	韻B
瑜珈 New	哈達瑜珈		18:00-18:55		\$1,200	\$180	Ava	多B
肌力 滿	綜合健身		19:00-19:55		\$2,000	-	孫駿	體能
瑜珈 New	基礎瑜珈		20:00-20:55		\$1,200	\$180	Cindy	韻B
空瑜 New	基礎空中瑜珈		21:00-21:55		\$2,800	\$400	Aya	多C
有氧	ZUMBA		二		09:00-09:55	9	\$1,080	\$150
舞蹈	新古典舞-進階班	09:00-10:25		\$1,620	\$210		Yuki	韻B
瑜珈	瑜珈輪	10:00-10:55		\$1,800	\$250		Ivy	多C
空瑜	空中瑜珈	11:00-11:55		\$2,700	\$350		Ivy	多C
舞蹈	中東肚皮舞-進階班	13:30-14:55		\$1,620	\$210		宜君	韻B
有氧	iPARTY愛派對有氧	14:50-15:45		\$1,080	\$150		尤雪	韻A
飛輪	完美體態飛輪	15:00-15:50		\$1,080	\$150		Ling	飛輪
瑜珈	多元化瑜珈	16:00-16:55		\$1,080	\$150		明穗	韻B
瑜珈	入門瑜珈	17:30-18:25		\$1,350	\$180		小穎	韻B
飛輪	完美體態飛輪	18:00-18:50		\$1,620	\$210		Ling	飛輪
空瑜	空中瑜珈	18:00-18:55		\$3,150	\$400		Ivy	多C
肌力 滿	基礎重訓	18:00-18:55		\$2,250	-		ZOE	體能
飛輪	完美體態飛輪	19:00-19:50		\$1,620	\$210		Ling	飛輪
TRX New	TRX懸吊訓練	19:00-19:55		\$2,700	\$350		Ray	多B
有氧	ZUMBA	19:00-19:55	\$1,350	\$180	尤雪	韻A		
瑜珈	健康舒活	19:00-19:55	\$1,350	\$180	金華	多A		
空瑜	基礎空中瑜珈	20:00-20:55	\$3,150	\$400	軒軒	多C		
有氧	iPARTY愛派對有氧	20:00-20:55	\$1,350	\$180	尤雪	韻A		
瑜珈	健康舒活	20:00-20:55	\$1,350	\$180	金華	多A		

03月-04月 開課表

111年03.01-04.30

非墊上課程，請帶一雙乾淨鞋替換 | 疫情期間，瑜珈課程請自備瑜珈墊(若需租借，酌收清潔費20元/次)

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室
瑜珈	晨光瑜珈	三	09:00-09:55	9	\$1,080	\$150	明穗	韻A
飛輪	基礎訓練飛輪		10:00-10:50		\$1,080	\$150	Kiwi	飛輪
瑜珈 New	皮拉提斯		10:00-10:55		\$1,080	\$150	Rachel	韻A
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	小廷	韻B
肌力	UA Training 全方位體能訓練		11:00-11:55		\$1,800	\$250	Kiwi	多B
瑜珈	墊上核心		11:00-11:55		\$1,080	\$150	Viki	韻B
舞蹈	中東肚皮舞-進階班		13:30-14:55		\$1,620	\$210	宜君	韻A
空瑜 滿	空中瑜珈		17:00-17:55		\$2,700	-	派派	多C
空瑜 滿	基礎重訓		17:00-17:55		\$1,800	-	ZOE	體能
羽球 滿	成人羽球團體班		17:00-19:00		\$3,600	-	育震	綜合球場
瑜珈	瑜珈健康GO		17:30-18:25		\$1,350	\$180	Fanny	韻A
飛輪	體態雕塑飛輪		18:00-18:50		\$1,620	\$210	Kiwi	飛輪
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		\$3,150	\$400	派派	多C
肌力 滿	燃脂重訓		18:00-18:55		\$2,250	-	ZOE	體能
才藝	柔力球成人樂樂班		18:30-19:25		\$1,620	\$210	Sharen	韻A
飛輪	進階飛輪		19:00-19:50		\$1,620	\$210	Kiwi	飛輪
空瑜 滿	空中瑜珈		19:00-19:55		\$3,150	-	勇勇	多C
肌力 滿	基礎重訓		19:00-19:55		\$2,250	-	ZOE	體能
瑜珈	心流瑜珈		19:00-19:55		\$1,350	\$180	巧純	韻B
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		\$1,350	\$180	靜馨	多B
飛輪	快樂燃脂飛輪	20:00-20:50	\$1,620	\$210	Kiwi	飛輪		
技擊	取形化意-內家形意拳	20:00-20:55	\$1,350	\$180	明德	多B		
空瑜	空中瑜珈	20:00-20:55	\$3,150	\$400	勇勇	多C		
瑜珈	修復瑜珈	20:00-20:55	\$1,350	\$180	小廷	韻B		
有氧 New	Strong Nation	21:00-21:55	\$1,350	\$180	Eric	韻A		
肌力	UA Training 全方位體能訓練	09:00-09:55	\$1,800	\$250	Kiwi	多B		
瑜珈	晨光瑜珈	09:00-09:55	\$1,080	\$150	明穗	韻B		
舞蹈	韓風MV熱舞	09:00-10:25	\$1,620	\$210	Grace	韻A		
TRX	TRX懸吊訓練	10:00-10:55	\$2,250	\$300	Kiwi	多B		
瑜珈	瑜珈提斯	10:00-10:55	\$1,080	\$150	尤雪	韻B		
有氧	ZUMBA	11:00-11:55	\$1,080	\$150	Grace	韻A		
飛輪	曲線雕塑飛輪	18:00-18:50	\$1,620	\$210	Kiwi	飛輪		
TRX 滿	TRX完美體態	19:00-19:50	\$2,700	-	Kiwi	多B		
瑜珈	健康舒活	19:00-19:55	\$1,350	\$180	金華	多A		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	19:00-19:55	\$1,350	\$180	靜馨	韻A		
TRX 滿	TRX完美體態	20:00-20:55	\$2,700	-	Kiwi	多B		
空瑜	基礎空中瑜珈	20:00-20:55	\$3,150	\$400	軒軒	多C		
肌力 New	基礎肌力	20:00-20:55	\$2,250	\$300	Ray	體能		
瑜珈	健康舒活	20:00-20:55	\$1,350	\$180	金華	多A		
技擊	Boxercise舒壓拳擊	21:00-21:55	\$2,250	\$300	Kiwi	韻B		

另有週一至週二

另有週五至週日

03月-04月 開課表

111年03.01-04.30

非墊上課程，請帶一雙乾淨鞋替換 | 疫情期間，瑜珈課程請自備瑜珈墊(若需租借，酌收清潔費20元/次)

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師	教室
飛輪	曲線雕塑飛輪	五	09:00-09:50	9	\$1,080	\$150	Kiwi	飛輪
瑜珈	晨光瑜珈		09:00-09:55		\$1,080	\$150	明德	韻B
舞蹈	新古典舞		09:00-10:25		\$1,620	\$210	Yuki	韻A
空瑜	空中瑜珈		13:30-14:25		\$2,700	\$350	Ivy	多C
瑜珈 New	樂齡瑜珈		14:00-14:55		\$1,080	\$150	Janis	韻B
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		17:00-17:55		\$2,250	\$300	Kiwi	多B
飛輪	快樂燃脂飛輪		18:00-18:50		\$1,620	\$210	Kiwi	飛輪
技擊 New	健身拳擊		19:00-19:55		\$2,250	\$300	孫駿	韻B
空瑜	空中瑜珈		19:00-19:55		\$3,150	\$400	派派	多C
有氧	Strong Nation		20:00-20:55		\$1,350	\$180	Eric	韻A
肌力	綜合健身		20:00-20:55		\$2,250	\$300	孫駿	體能
TRX 滿	TRX+HIIT完美曲線雕塑	六	09:00-09:55	9	\$2,250	-	Kiwi	多B
技擊	走圓擺扣-八卦遊身掌		09:00-09:55		\$1,080	\$150	明德	韻A
瑜珈	修復瑜珈-進階班		09:00-09:55		\$1,080	\$150	小廷	韻B
舞蹈	韓風KPOP		10:00-10:55		\$1,080	\$150	淳翊	多B
飛輪 滿	入門飛輪		10:00-10:50		\$1,080	-	Kiwi	飛輪
兒童	兒童舞動爵士 4/9停課		10:00-10:55		\$960	\$150	Yuki	韻A
肌力 滿	基礎重訓		10:00-10:55		\$1,800	-	ZOE	體能
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$1,080	\$150	小廷	韻B
兒童 滿	兒童空中瑜珈		11:00-11:55		\$2,700	-	甜甜	多C
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		11:00-11:55		\$1,080	\$150	靜馨	韻B
肌力 滿	基礎重訓		11:00-12:25		\$2,700	-	ZOE	體能
兒童 滿	兒童羽球團體班		13:00-14:30		\$3,150	-	俊逸	綜合球場
兒童	新古典舞 4/9、4/30停課		14:00-15:30		\$2,025	\$255	Yuki	韻B
有氧	ZUMBA		15:50-16:45		\$1,350	\$180	尤雪	韻A
兒童 滿	兒童籃球團體班		16:00-18:00		\$4,050	-	King教練團	綜合球場
空瑜	親子空中瑜珈		18:00-18:55		\$3,150	\$400	甜甜	多C
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈		19:00-19:55		\$1,350	\$180	金華	韻B
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		\$1,350	\$180	靜馨	韻A
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	20:00-20:55	\$1,350	\$180	金華	韻B		
TRX 滿	懸吊與肌力	日	09:00-09:55	8	\$2,000	-	將將	多B
兒童 New	兒童街舞		10:00-10:55		\$960	\$150	淳翊	韻B
有氧	燃脂有氧&肌力		10:00-10:55		\$960	\$150	將將	韻A
肌力 滿	基礎重訓		11:00-11:55		\$1,600	-	將將	體能
兒童 滿	兒童羽球團體班		13:00-14:30		\$2,800	-	世豪	綜合球場
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		\$2,800	\$400	勇勇	多C
空瑜 滿	空中瑜珈		20:00-20:55		\$2,800	-	派派	多C