

# 05月-06月 開課表

111年05.01-06.30

## 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3堂課前可插班，截止日如下  
週一班級：5/16(一)  
週二班級：5/17(二)

## 第三堂課前皆可插班

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 <b>New</b>	性感bachata	一	09:00-10:25	9	\$1,620	\$210	Yuki	韻B
有氧	ZUMBA		10:00-10:55		\$1,080	\$150	Grace	韻A
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00-10:55		\$2,250	\$300	Kiwi	多B
TRX <b>New</b>	TRX懸吊訓練		11:00-11:55		\$2,250	\$300	Yoko	多B
舞蹈	韓風MV熱舞		11:00-12:25		\$1,620	\$210	Grace	韻A
羽球 <b>滿</b>	成人羽球團體班		13:00-15:00		-	-	俊逸	綜合球場
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		13:30-14:25		\$1,080	\$150	靜馨	韻B
空瑜 <b>New</b>	基礎空中瑜珈		15:00-15:55		\$2,700	\$350	Penny	多C
空瑜 <b>New</b>	基礎空中瑜珈		16:00-16:55		\$2,700	\$350	Penny	多C
空瑜	空中瑜珈		18:00-18:55		\$3,150	\$400	派派	多C
瑜珈	健康舒活		18:00-18:55		\$1,350	\$180	金華	韻B
肌力	綜合健身		19:00-19:55		\$2,250	\$300	孫駿	體能
TRX	TRX懸吊訓練		20:00-20:55		\$2,700	\$350	Yoko	多B
瑜珈	基礎瑜珈		20:00-20:55		\$1,350	\$180	Cindy	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈		21:00-21:55		\$3,150	\$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
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 <b>滿</b>	基礎重訓	18:00-18:55		-	-		Zoe	體能
TRX	TRX懸吊訓練	18:30-19:25		\$2,700	\$350		Kiwi	多B
飛輪	完美體態飛輪	19:00-19:50		\$1,620	\$210		Ling	飛輪
肌力 <b>滿</b>	基礎重訓	19:00-19:55		-	-		Zoe	體能
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		

# 05月-06月 開課表

111年05.01-06.30

## 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：5/18(三)  
週四班級：5/19(四)

## 第三堂課前皆可插班

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	皮拉提斯		10:00-10:55		\$1,080	\$150	Rachel	韻A
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	空中瑜珈		17:00-17:55		\$2,700	\$350	派派	多C
羽球	滿 成人羽球團體班		17:00-19:00		-	-	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	燃脂重訓		18:00-18:55		\$2,250	\$300	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
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00-19:55		\$1,350	\$180	靜馨	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈		19:10-20:05		\$3,150	\$400	勇勇	多C
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	韻A
空瑜	基礎空中瑜珈		20:10-21:05		\$3,150	\$400	勇勇	多C
有氧	Strong Nation		21:00-21:55		\$1,350	\$180	Eric	韻A
肌力	UA Training 全方位體能訓練	四	09:00-09:55	9	\$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
肌力	基礎重訓		10:00-10:55		\$1,800	\$250	Ruby	體能
TRX	TRX懸吊訓練		10:00-10:55		\$2,250	\$300	Kiwi	多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	TRX懸吊訓練		18:00-18:55		\$2,700	\$350	Ari	多B
TRX	TRX完美體態		19:00-19:55		\$2,700	\$350	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
肌力	混合肌力		20:00-20:55		\$2,250	\$300	Ray	體能
TRX	TRX完美體態		20:00-20:55		\$2,700	\$350	Kiwi	多B
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	多B

# 05月-06月 開課表

111年05.01-06.30

## 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: 5/20(五)  
週六班級: 5/21(六)  
週日班級: 5/15(日)

## 第三堂課前皆可插班

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	8	\$960	\$150	Kiwi	飛輪	
瑜珈	晨光瑜珈		09:00-09:55		\$960	\$150	明穗	韻B	
舞蹈	新古典舞		09:00-10:25		\$1,440	\$210	Yuki	韻A	
空瑜	空中瑜珈		13:30-14:25		\$2,400	\$350	Ivy	多C	
瑜珈 <b>New</b>	樂齡瑜珈		14:00-15:25		\$1,440	\$210	Janis	韻B	
飛輪	快樂燃脂飛輪		18:00-18:50		\$1,440	\$210	Kiwi	飛輪	
空瑜	空中瑜珈		19:00-19:55		\$2,800	\$400	派派	多C	
技擊	健身拳擊		19:00-19:55		\$2,000	\$300	孫駿	多B	
有氧	iPARTY愛派對有氧		19:00-19:55		\$1,200	\$180	尤雪	韻A	
瑜珈	皮拉提斯		19:00-19:55		\$1,200	\$180	Rachel	韻B	
肌力	綜合健身		20:00-20:55		\$2,000	\$300	孫駿	體能	
有氧	Strong Nation		20:00-20:55		\$1,200	\$180	Eric	韻A	
技擊	走圓擺扣-八卦遊身掌		09:00-09:55		\$960	\$150	明德	韻A	
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		09:00-09:55		\$2,000	\$300	Kiwi	多B	
飛輪	入門飛輪	六	10:00-10:50	8	\$960	\$150	Kiwi	飛輪	
兒童	兒童舞動爵士		10:00-10:55		\$960	\$150	Yuki	韻A	
舞蹈	韓風KPOP		10:00-10:55		\$960	\$150	淳翊	多B	
肌力	基礎重訓 <b>6/4停課</b>		10:00-10:55		7	\$1,400	\$250	Zoe	體能
幼兒 <b>New</b>	迷你網球		10:00-10:55	8	\$2,000	\$300	克里斯多福	多A	
瑜珈	修復瑜珈		10:00-10:55		\$960	\$150	Helen	韻B	
兒童	兒童空中瑜珈		11:00-11:55		\$2,400	\$350	甜甜	多C	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		11:00-11:55		\$960	\$150	靜馨	韻B	
肌力 <b>滿</b>	基礎重訓 <b>6/4停課</b>		11:00-12:25	7	-	-	Zoe	體能	
兒童	兒童羽球團體班		12:00-13:30	日	8	\$3,600	\$500	世豪	綜合球場
兒童	兒童羽球團體班		13:00-14:30			\$2,800	\$400	俊逸	綜合球場
舞蹈	新古典舞		14:00-15:25		8	\$1,800	\$275	Yuki	韻B
羽球	成人羽球團體班		15:00-17:00			\$3,200	\$450	俊逸	綜合球場
有氧	ZUMBA		15:50-16:45		8	\$1,200	\$180	尤雪	韻A
空瑜	親子空中瑜珈	18:00-18:55	\$2,800			\$400	甜甜	多C	
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	19:00-19:55	8		\$1,200	\$180	金華	韻B	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	19:00-19:55			\$1,200	\$180	靜馨	韻A	
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈	20:00-20:55			\$1,200	\$180	金華	韻B	
空瑜	空中瑜珈	09:00-09:55			9	\$2,700	\$350	婷婷	多C
TRX	懸吊與肌力	09:00-09:55	\$2,250			\$300	將將	多B	
飛輪 <b>New</b>	入門飛輪	10:00-10:50	9			\$1,080	\$150	Rody	飛輪
有氧	燃脂有氧&肌力	10:00-10:55				\$1,080	\$150	將將	韻A
肌力 <b>滿</b>	基礎重訓	11:00-11:55	-			-	將將	體能	
兒童 <b>滿</b>	兒童羽球團體班	13:00-14:30	-	-		世豪	綜合球場		
空瑜 <b>New</b>	基礎空中環 <b>5/1停課</b>	17:00-17:55	8	\$3,200		\$450	勇勇	多C	
TRX	TRX曲線雕塑	17:00-17:55		\$2,700		\$350	Kiwi	多B	
空瑜	空中瑜珈	18:00-18:55	9	\$3,150		\$400	勇勇	多C	
空瑜	空中瑜珈	19:00-19:55		\$3,150		\$400	派派	多C	
肌力	壺鈴減脂	19:00-19:55		\$2,700		\$350	Mac	體能	
空瑜	空中瑜珈	20:00-20:55		\$3,150		\$400	派派	多C	