

報名自即日起至
110年11月28日止

12月 減脂紉紉舊 單月課

名額有限!

舊生回娘家! 舊生報名紅區課程即享**85折**

新生任選課程享**9折**/5,6月舊生加碼贈送一張貴賓券

註: 本優惠凡是報名過本中心任一課程即視為舊生; 未報名過者則視為新生

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00-10:55		\$1,000	\$300	Kiwi
TRX肌力訓練	一	11:00-11:55	4	\$1,000	\$300	Josh
TRX懸吊訓練		20:00-20:55		\$1,200	\$350	YOKO
TRX懸吊訓練	二	11:00-11:55	4	\$1,000	\$300	YOKO
TRX核心肌力雕塑		20:00-20:55		\$1,500	\$350	Roger
TRX完美體態	三	21:00-21:55	5	\$1,500	\$350	Kiwi
TRX懸吊訓練	四	10:00-10:55	5	\$1,250	\$300	Kiwi
TRX+HIIT完美曲線雕塑		09:00-09:55		\$1,000	\$300	Kiwi
TRX懸吊訓練	六	16:30-17:25	4	\$1,200	\$350	Mac

有
氧

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
ZUMBA		10:00-10:55		\$480	\$150	Grace
活力有氧	一	13:30-14:25	4	\$480	\$150	Viki
ZUMBA		18:00-18:55		\$600	\$180	Poca
ZUMBA		09:00-09:55		\$480	\$150	Grace
iPARTY愛派對有氧	二	14:50-15:45	4	\$480	\$150	尤雪
ZUMBA		19:00-19:55		\$600	\$180	尤雪
iPARTY愛派對有氧		20:00-20:55		\$600	\$180	尤雪
ZUMBA	四	11:00-11:55	5	\$600	\$150	Grace
抗力球有氧&肌力		18:00-18:55		\$750	\$180	Betty
Strong Nation	五	20:00-20:55	5	\$750	\$180	Eric
Strong Nation		21:00-21:55		\$750	\$180	Eric
ZUMBA		10:00-10:55		\$480	\$150	Yolanda
iPARTY愛派對有氧	六	15:50-16:45	4	\$600	\$180	尤雪
抗力球有氧&肌力		17:00-17:55		\$600	\$180	Betty
舞動有氧&核心		09:00-09:55		\$480	\$150	將將
燃脂有氧&肌力	日	10:00-10:55	4	\$480	\$150	將將
Strong Nation		20:00-20:55		\$600	\$180	Eric

空
中
瑜
珈

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
空中瑜珈	二	11:00-11:55	4	\$1,200	\$350	Ivy
空中瑜珈		18:00-18:55		\$1,400	\$400	Ivy
基礎空中瑜珈		17:00-17:55		\$1,500	\$350	派派
基礎空中瑜珈	三	18:00-18:55	5	\$1,750	\$400	派派
空中瑜珈		19:00-19:55		\$1,750	\$400	勇勇
空中瑜珈	四	10:00-10:55	5	\$1,500	\$350	小雪
基礎空中瑜珈		15:30-16:25		\$1,500	\$350	Aya
空中瑜珈	五	13:30-14:25	5	\$1,500	\$350	Ivy
空中瑜珈		18:00-18:55		\$1,750	\$400	Tilly
基礎空中瑜珈	六	19:00-19:55	4	\$1,400	\$400	軒軒
空中瑜珈	日	18:00-18:55	4	\$1,400	\$400	勇勇
基礎空中瑜珈		20:00-20:55		\$1,400	\$400	派派

! 非墊上課程請自備乾淨運動鞋替換。
瑜珈課程須自備瑜珈墊，如需租借將酌收二十元清潔費。

報名自即日起至110年11月28日止

12月單月課

6人就開班!

報名就打折! 任選綠區課程即享9折

四人同時報名享85折

(不限同門課、單人報四門課優惠亦同)

肌力

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
燃脂雕塑肌力訓練	六	19:00-19:55	4	\$1,000	\$300	歐歐
壺鈴減脂	日	19:00-19:55	4	\$1,200	\$350	Mac

技擊

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
健身拳擊	一	20:00-20:55	4	\$720	\$210	孫駿
太極拳	三	11:00-11:55	5	\$600	\$150	陳忠山
Boxercise舒壓拳擊	四	21:00-21:55	5	\$900	\$210	Kiwi
健身拳擊	五	11:00-11:55	5	\$750	\$180	孫駿

瑜珈

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
芳香燃脂塑形瑜珈		13:30-14:25		\$480	\$150	靜馨
哈達瑜珈	一	18:00-18:55	4	\$600	\$180	Ava
允樂瑜珈		19:00-19:55		\$600	\$180	誠意心
墊上核心	二	13:30-14:25	4	\$480	\$150	Viki
輕伸展瑜珈		18:00-18:55		\$750	\$180	雅芝
基礎瑜珈	四	21:00-21:55	5	\$750	\$180	Cindy
芳香燃脂塑形瑜珈	六	19:00-19:55	4	\$600	\$180	靜馨
允樂瑜珈	日	14:50-15:45	4	\$600	\$180	誠意心

舞蹈

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
舞感養成	二	18:00-18:55	5	\$600	\$180	blackie

飛輪

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
風火輪	四	20:00-20:50	5	\$900	\$210	Monkey

籃球

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童籃球團體班	三	15:00-17:00	5	\$2,250	\$500	King教練團
兒童籃球團體班	六	14:00-16:00	4	\$1,800	\$500	King教練團
兒童籃球團體班	日	15:00-17:00	4	\$1,800	\$500	King教練團

籃球課程
6人開班
15人滿班

羽球

課程名稱	週次	時間	堂數	期課價格	單堂價格	老師
兒童羽球團體班	一	17:00-19:00	4	\$1,800	\$500	俊逸
成人羽球團體班		20:00-22:00		\$1,600	\$450	俊逸
成人羽球進階班	二	18:00-20:00	4	\$1,600	\$450	廷安
成人羽球團體班		14:00-16:00		\$2,000	\$450	育震
兒童羽球團體班	三	17:30-19:00	5	\$1,750	\$400	昇穆
兒童羽球團體班	四	17:30-19:00	5	\$1,750	\$400	昇穆
成人羽球團體班		14:00-16:00		\$2,000	\$450	育震
成人羽球團體班	五	18:00-20:00	5	\$2,000	\$450	廷安
成人羽球進階班		20:00-22:00		\$2,000	\$450	俊逸
兒童羽球團體班	六	13:00-14:30	4	\$1,400	\$400	俊逸
成人羽球團體班		15:00-17:00		\$1,600	\$450	俊逸
成人羽球進階班	日	17:00-19:00	4	\$1,600	\$450	俊逸

羽球課程
6人開班
8人滿班

! 非墊上課程請自備乾淨運動鞋替換。
瑜珈課程須自備瑜珈墊，如需租借將酌收二十元清潔費。