

113.08.01

113.08.31

8月開課表

第一堂課前皆可插班

未開班學員可用相同折扣轉至已開課班級

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室
肌力	基礎心肺肌力養成班 滿	一	09:00~09:55	4	\$1,200	\$350	Grace	韻A
有氧	ZUMBA 滿		10:00~10:55		\$720	\$210	Grace	韻A
瑜珈	芳香瑜珈提斯		10:00~10:55		\$720	\$210	靜馨	韻B
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑		10:00~10:55		\$1,200	\$350	Kiwi	多B
TRX	TRX懸吊訓練		11:00~11:55		\$1,200	\$350	Kiwi	多B
舞蹈	韓風MV熱舞		11:00~12:25		\$1,080	\$320	Grace	韻A
瑜珈	NEW 進階瑜珈		13:30~14:25		\$720	\$210	靜馨	韻B
肌力	NEW 基礎肌力		18:00~18:55		\$1,400	\$400	卡蘿	多B
瑜珈	基礎瑜珈		19:00~19:55		\$840	\$260	Savannah	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈 滿		19:00~19:55		\$1,400	\$400	Sunny	多C
瑜珈	多元瑜珈		20:00~20:55		\$840	\$260	Savannah	韻B
有氧	ZUMBA		二		09:00~09:55	4	\$720	\$210
瑜珈	皮拉提斯	09:00~09:55		\$720	\$210		Hanhan	韻B
空瑜	基礎空中瑜珈	09:00~09:55		\$1,200	\$350		Sunny	多C
舞蹈	新古典舞-樂齡班	10:00~11:25		\$1,080	\$320		宥惠	韻B
舞蹈	中東肚皮舞-進階班	13:30~14:55		\$1,080	\$320		宜君	韻B
空瑜	NEW 基礎空中瑜珈	17:00~17:55		\$1,200	\$350		Mika	多C
瑜珈	入門瑜珈	17:30~18:25		\$840	\$260		小穎	韻A
瑜珈	芳香瑜珈提斯	18:00~18:55		\$840	\$260		靜馨	韻B
瑜珈	脈輪瑜珈	18:00~18:55		\$840	\$260		Lynn	多A
TRX	TRX懸吊訓練	18:30~19:25		\$1,400	\$400		Kiwi	多B
飛輪	完美體態飛輪	19:00~19:50		\$840	\$260		Ling	飛輪
有氧	ZUMBA 滿	19:00~19:55		\$840	\$260		尤雪	韻A
舞蹈	NEW 舞感養成	19:00~19:55		\$840	\$260		貝瑪	韻B
瑜珈	健康舒活	19:00~19:55		\$840	\$260		金華	多A
肌力	UA Training 全方位體能訓練	19:30~20:25		\$1,400	\$400		Kiwi	多B
有氧	ZUMBA	20:00~20:55		\$840	\$260		尤雪	韻A
瑜珈	健康舒活	20:00~20:55		\$840	\$260		金華	多A
肌力	基礎心肺肌力養成班 滿	三		09:00~09:55	4		\$1,200	\$350
飛輪	基礎訓練飛輪		10:00~10:50	\$720		\$210	Kiwi	飛輪
瑜珈	芳香瑜珈提斯		10:00~10:55	\$720		\$210	靜馨	韻B
瑜珈	墊上核心		11:00~11:55	\$720		\$210	Viki	韻B
肌力	UA Training 全方位體能訓練		11:00~11:55	\$1,200		\$350	Kiwi	多B
TRX	基礎TRX懸吊訓練		15:30~16:25	\$1,200		\$350	Zoe	多B
空瑜	空中瑜珈		17:00~17:55	\$1,200		\$350	Aya	多C
羽球	成人羽球團體班 滿		17:00~19:00	\$1,600		\$450	奶茶	球場
飛輪	體態雕塑飛輪		18:00~18:50	\$840		\$260	Kiwi	飛輪

1. 單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額
2. 非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換
3. 瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

4. 上課10分鐘後，便不接受報名
5. 報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

113.08.01

113.08.31

8月開課表

第一堂課前皆可插班

未開班學員可用相同折扣轉至已開課班級

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	三	18:00~18:55	4	\$840	\$260	靜馨	韻B		
空瑜	基礎空中瑜珈		18:00~18:55		\$1,400	\$400	駒駒	多C 代課		
舞蹈	單人國標拉丁舞		18:00~19:25		\$1,260	\$365	Anny	多A		
才藝	柔力球成人樂樂班		18:30~19:25		\$840	\$260	Sharen	韻A		
飛輪	進階飛輪		19:00~19:50		\$840	\$260	Kiwi	飛輪		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00~19:55		\$840	\$260	靜馨	韻B		
有氧	Strong Nation		19:00~19:55		\$840	\$260	Eric	多B		
技擊	NEW 形意、螳螂拳		19:30~20:25		\$840	\$260	明德	韻A		
飛輪	快樂燃脂飛輪		20:00~20:50		\$840	\$260	Kiwi	飛輪		
瑜珈	NEW 肌力瑜珈		20:00~20:55		\$840	\$260	Savannah	多C		
有氧	ZUMBA		20:00~20:55		\$840	\$260	Eric	多B		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		20:10~21:05		\$840	\$260	靜馨	韻B		
有氧	Strong Nation		21:00~21:55		\$840	\$260	Eric	韻A		
TRX	TRX完美體態		21:00~21:55		\$1,400	\$400	Kiwi	多B		
肌力	UA Training 全方位體能訓練		四		09:00~09:55	5	\$1,500	\$350	Kiwi	多B
瑜珈	晨光瑜珈				09:00~09:55		\$900	\$210	明穗	韻B
空瑜	基礎空中環	09:00~09:55		\$2,250	\$500		魚兒	多C		
舞蹈	韓風MV熱舞	09:00~10:25		\$1,350	\$320		Grace	韻A		
空瑜	基礎空中瑜珈	10:00~10:55		\$1,500	\$350		魚兒	多C		
TRX	TRX懸吊訓練	10:00~10:55		\$1,500	\$350		Kiwi	多B		
有氧	ZUMBA	11:00~11:55		\$900	\$210		Grace	韻A		
飛輪	曲線雕塑飛輪	18:00~18:50		\$1,050	\$260		Kiwi	飛輪		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	18:00~18:55		\$1,050	\$260		靜馨	韻B		
肌力	肌力與滾筒放鬆	18:00~18:55		\$1,750	\$400		YRu	多C		
飛輪	基礎飛輪	19:00~19:50		\$1,050	\$260		Rody	飛輪		
TRX	TRX完美體態 滿	19:00~19:55		\$1,750	\$400		Kiwi	多B		
瑜珈	健康舒活	19:00~19:55		\$1,050	\$260		金華	多A		
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	19:00~19:55		\$1,050	\$260		靜馨	韻B		
瑜珈	基礎瑜珈	19:00~19:55		\$1,050	\$260		Savannah	多C		
TRX	TRX完美體態	20:00~20:55		\$1,750	\$400		Kiwi	多B		
瑜珈	健康舒活	20:00~20:55	\$1,050	\$260	金華	多A				
瑜珈	流動瑜珈	20:00~20:55	\$1,050	\$260	Savannah	韻B				
飛輪	曲線雕塑飛輪	五	09:00~09:50	5	\$900	\$210	Kiwi	飛輪		
瑜珈	芳香瑜珈提斯		10:00~10:55		\$900	\$210	靜馨	韻B		
瑜珈	NEW 皮拉提斯		11:00~11:55		\$900	\$210	Hanhan	韻B		
空瑜	基礎空中瑜珈 滿		13:30~14:25		\$1,500	\$350	Ivy	多C		
瑜珈	樂齡瑜珈		14:30~15:55		\$1,350	\$320	Janis	韻B		

1. 單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額
2. 非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換
3. 瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

4. 上課10分鐘後，便不接受報名
5. 報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

113.08.01

113.08.31

8月開課表

第一堂課前皆可插班 未開班學員可用相同折扣轉至已開課班級

類別	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室	
飛輪	快樂燃脂飛輪	五	18:00~18:50	5	\$1,050	\$260	Kiwi	飛輪	
瑜珈	哈達瑜珈		18:00~18:55		\$1,050	\$260	十二月	韻B	
肌力	NEW 基礎肌力		18:00~18:55		\$1,750	\$400	卡蘿	多B	
有氧	ZUMBA		19:00~19:55		\$1,050	\$260	尤雪	韻A	
有氧	Strong Nation		19:00~19:55		\$1,050	\$260	Eric	多B	
有氧	ZUMBA		20:00~20:55		\$1,050	\$260	Eric	多B	
TRX	TRX+HIIT完美曲線雕塑	六	09:00~09:55	5	\$1,500	\$350	Kiwi	多B	
肌力	雕塑球		09:00~09:55	4	\$1,200	\$350	Yolanda	韻A	
飛輪	入門飛輪		10:00~10:50	5	\$900	\$210	Kiwi	飛輪	
有氧	ZUMBA		10:00~10:55	4	\$720	\$210	Yolanda	韻A	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		10:30~11:55		\$1,350	\$320	靜馨	韻B	
兒童	兒童街舞(Jazz)		11:00~11:55		\$900	\$210	Jolin	韻A	
舞蹈	NEW Street Jazz		11:00~11:55		\$900	\$210	貝瑪	多B	
羽球	成人羽球團體班 滿		15:00~17:00		\$2,000	\$450	昱程	球場	
兒童	兒童羽球團體班 滿		15:00~17:00		\$2,250	\$500	子淵	球場	
有氧	ZUMBA		15:50~16:45	5	\$1,050	\$260	尤雪	韻A	
兒童	兒童羽球精緻班 滿		17:00~19:00		\$2,750	\$600	混皓	球場	
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈		19:00~19:55		\$1,050	\$260	金華	韻B	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈		19:00~19:55		\$1,050	\$260	靜馨	韻A	
瑜珈	雕塑瘦身瑜珈		20:00~20:55		\$1,050	\$260	金華	韻B	
飛輪	NEW 入門飛輪		日	09:00~09:50	4	\$720	\$210	Ling	飛輪
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈			09:00~09:55		\$720	\$210	靜馨	韻B
TRX	懸吊與肌力	09:00~09:55		\$1,200		\$350	將將	多B	
有氧	燃脂有氧&肌力	10:00~10:55		\$720		\$210	將將	多B	
瑜珈	芳香燃脂塑形瑜珈	10:00~10:55		\$720		\$210	靜馨	韻B	
舞蹈	NEW K-POP舞感養成	10:00~10:55		\$720		\$210	偉翎	多A	
瑜珈	哈達瑜珈	10:30~11:55		\$1,080		\$320	Janis	韻A	
舞蹈	NEW MV Dance	11:00~11:55		\$720		\$210	偉翎	多B	
兒童	兒童羽球團體班 滿	13:00~15:00		\$1,800		\$500	Alan	球場	
TRX	TRX曲線雕塑	14:30~15:25		\$1,400		\$400	Kiwi	多B	

1. 單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額
2. 非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換
3. 瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

4. 上課10分鐘後，便不接受報名
5. 報名課程請親臨一樓櫃檯辦理