

# 12月開課表

第一堂課前

皆可插班呦

課程時間

12.01 —————— 12.31



類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室
滿	肌力	一	09:00~09:55	5	\$ 1,500	\$ 350	Grace	韻A
	舞蹈		09:30~10:55		\$ 1,350	\$ 320	宥惠	韻B
	空瑜		10:00~10:55		\$ 1,500	\$ 350	蒂蒂	多C
	TRX		10:00~10:55		\$ 1,500	\$ 350	Kiwi	多B
	瑜珈		10:00~10:55		\$ 900	\$ 210	靜馨	多A
	有氧		10:00~10:55		\$ 900	\$ 210	Grace	韻A
	瑜珈		11:00~11:55		\$ 900	\$ 210	Daisy	韻B
	TRX		11:00~11:55		\$ 1,500	\$ 350	Kiwi	多B
	舞蹈		11:00~12:25		\$ 1,350	\$ 320	Grace	韻A
	瑜珈		13:30~14:25		\$ 900	\$ 210	靜馨	韻B
	瑜珈		17:30~18:55		\$ 1,575	\$ 365	Sammy	韻A
	肌力		18:00~18:55		\$ 1,750	\$ 400	卡蘿	多B
	瑜珈		18:00~18:55		\$ 1,050	\$ 260	Savannah	韻B
	肌力		19:00~19:55		\$ 1,750	\$ 400	卡蘿	多B
滿	空瑜		19:00~19:55		\$ 1,750	\$ 400	Sunny	多C
	瑜珈		19:00~19:55		\$ 1,050	\$ 260	Savannah	韻B
	舞蹈		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	貝瑪	多B
	瑜珈		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	Savannah	韻B
	空瑜	二	09:00~09:55	5	\$ 1,500	\$ 350	Sunny	多C
50 歲以上	瑜珈		09:00~09:55		\$ 900	\$ 210	Hanhan	韻B
	有氧		09:00~09:55		\$ 900	\$ 210	Grace	韻A
	瑜珈		10:00~10:55		\$ 900	\$ 210	Daisy	韻B
	肌力		10:00~10:55		\$ 1,500	\$ 350	Aaron	多B
	舞蹈		10:00~11:25		\$ 1,350	\$ 320	宥惠	韻A
50 歲以上	肌力		13:30~14:25		\$ 1,500	\$ 350	毛毛	多B
	舞蹈		13:30~14:55		\$ 1,350	\$ 320	宜君	韻A
	滿		17:00~19:00		\$ 2,000	\$ 450	楊燦	綜合球場
	瑜珈		17:30~18:25		\$ 1,050	\$ 260	小穎	韻A
	瑜珈		18:00~18:55		\$ 1,050	\$ 260	靜馨	韻B
滿	TRX		18:30~19:25		\$ 1,750	\$ 400	Kiwi	多B
	飛輪		19:00~19:50		\$ 1,050	\$ 260	小星	飛輪
	舞蹈		19:00~19:55		\$ 1,050	\$ 260	貝瑪	韻B
	有氧		19:00~19:55		\$ 1,050	\$ 260	尤雪	韻A
	肌力		19:30~20:25		\$ 1,750	\$ 400	Kiwi	多B
滿	有氧		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	尤雪	韻A

\*非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換\*

瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

\*彈性放假及國定假日日本中心不停課，如遇國定假日當天無法出席，則補課程體驗卷乙張\*

## 注意事項

報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

上課10分鐘後，便不接受報名

單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額

# 12月開課表

第一堂課前

皆可插班呦

課程時間

12.01 —————— 12.31



類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室
滿	肌力	三	09:00~09:55	5	\$ 1,500	\$ 350	Grace	韻A
	飛輪		10:00~10:50		\$ 900	\$ 210	Kiwi	飛輪
	舞蹈		10:00~10:55		\$ 900	\$ 210	Amber	韻A
	瑜珈		10:00~10:55		\$ 900	\$ 210	靜馨	韻B
	肌力		11:00~11:55		\$ 1,500	\$ 350	Kiwi	多B
	瑜珈		11:00~11:55		\$ 900	\$ 210	Viki	韻B
	羽球		17:00~19:00		\$ 2,000	\$ 450	奶茶	綜合球場
	飛輪		18:00~18:50		\$ 1,050	\$ 260	Kiwi	飛輪
	才藝		18:00~18:55		\$ 1,050	\$ 260	Sharen	韻A
	空瑜		18:00~18:55		\$ 1,750	\$ 400	潘婷	多C
	舞蹈		18:00~18:55		\$ 1,050	\$ 260	Anny	多B
	瑜珈		18:00~18:55		\$ 1,050	\$ 260	靜馨	韻B
	飛輪		19:00~19:50		\$ 1,050	\$ 260	Kiwi	飛輪
	瑜珈		19:00~19:55		\$ 1,050	\$ 260	靜馨	韻B
	有氧		19:00~19:55		\$ 1,050	\$ 260	Eric	多B
滿	技擊	四	19:00~19:55	4	\$ 1,050	\$ 260	明德	韻A
	飛輪		20:00~20:50		\$ 1,050	\$ 260	Kiwi	飛輪
	有氧		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	Eric	多B
	舞蹈		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	Grace	韻A
	瑜珈		20:00~20:55		\$ 1,050	\$ 260	Savannah	多C
	瑜珈		20:10~21:05		\$ 1,050	\$ 260	靜馨	韻B
	有氧		21:00~21:55		\$ 1,050	\$ 260	Eric	多B
	肌力		09:00~09:55		\$ 1,200	\$ 350	Kiwi	多B
	瑜珈		09:00~09:55		\$ 720	\$ 210	Hanhan	韻B
	舞蹈		09:00~10:25		\$ 1,080	\$ 320	Grace	韻A
	肌力		10:00~10:55		\$ 1,200	\$ 350	Zoe	體能1F
	TRX		10:00~10:55		\$ 1,200	\$ 350	Kiwi	多B
	瑜珈		10:00~11:25		\$ 1,080	\$ 320	Sammy	多A
	舞蹈		11:00~11:55		\$ 720	\$ 210	毛毛	韻B
	有氧		11:00~11:55		\$ 720	\$ 210	Grace	韻A
	羽球		16:00~18:00		\$ 1,600	\$ 450	建靈	綜合球場
	飛輪		18:00~18:50		\$ 840	\$ 260	Kiwi	飛輪
	肌力		18:00~18:55		\$ 1,400	\$ 400	YRu	多B
	瑜珈		18:00~18:55		\$ 840	\$ 260	Savannah	多C
	技擊		18:00~18:55		\$ 840	\$ 260	克里夫	韻A

\*非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換\*

瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

\*彈性放假及國定假日日本中心不停課，如遇國定假日當天無法出席，則補課程體驗卷乙張\*

50 歲以上

## 注意事項

報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

上課10分鐘後，便不接受報名

單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額

# 12月開課表

第一堂課前

皆可插班呦

課程時間

12.01 ————— 12.31



類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室
滿	瑜伽	四	18:00~18:55	4	\$ 840	\$ 260	靜馨	韻B
	飛輪		19:00~19:50		\$ 840	\$ 260	Rody	飛輪
	瑜伽		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	靜馨	韻B
	瑜伽		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	Savannah	多C
	瑜伽		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	金華	多A
	TRX		19:00~19:55		\$ 1,400	\$ 400	Kiwi	多B
	舞蹈		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	淳翊	韻A
	飛輪		20:00~20:50		\$ 840	\$ 260	小星	飛輪
	有氧		20:00~20:55		\$ 840	\$ 260	竹竹	韻B
	舞蹈		20:00~20:55		\$ 840	\$ 260	淳翊	韻A
	瑜伽		20:00~20:55		\$ 840	\$ 260	金華	多A
	TRX		20:00~20:55		\$ 1,400	\$ 400	Kiwi	多B
50 歲以上 滿	飛輪	五	09:00~09:50	4	\$ 720	\$ 210	Kiwi	飛輪
	肌力		09:00~09:55		\$ 1,200	\$ 350	Aaron	多B
	舞蹈		10:00~10:55		\$ 720	\$ 210	延欣	多B
	瑜伽		10:00~10:55		\$ 720	\$ 210	靜馨	韻B
	瑜伽		10:30~11:55		\$ 1,080	\$ 320	Janis	韻A
	瑜伽		11:00~11:55		\$ 720	\$ 210	Hanhan	韻B
	空瑜		13:30~14:25		\$ 1,200	\$ 350	Ivy	多C
	瑜伽		14:00~15:25		\$ 1,080	\$ 320	Janis	韻B
	TRX		16:30~17:25	3	\$ 900	\$ 350	Zoe	多B
	飛輪		18:00~18:50		\$ 840	\$ 260	Kiwi	飛輪
	瑜伽		18:00~18:55		\$ 840	\$ 260	十二月	韻B
	空瑜		19:00~19:55		\$ 1,400	\$ 400	Vina	多C
	有氧		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	Eric	多B
50 歲以上 12/5 停課	有氧	六	19:00~19:55	4	\$ 840	\$ 260	尤雪	韻A
	TRX		09:00~09:55		\$ 1,200	\$ 350	Kiwi	多B
	飛輪		10:00~10:50		\$ 720	\$ 210	Kiwi	飛輪
	肌力		10:00~10:55		\$ 1,200	\$ 350	卡蘿	多B
	舞蹈		10:00~10:55		\$ 720	\$ 210	淳翊	韻A
	瑜伽		10:30~11:55		\$ 1,080	\$ 320	靜馨	韻B
	舞蹈		11:00~11:55		\$ 720	\$ 210	貝瑪	多B
	兒童		13:00~13:55		\$ 840	\$ 260	Jolin	韻A
	羽球		15:00~17:00		\$ 1,600	\$ 450	昱程	綜合球場
	兒童		15:00~17:00		\$ 1,800	\$ 500	小林	綜合球場

\*非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換\*

瑜伽課程請自備瑜伽墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次

\*彈性放假及國定假日日本中心不停課，如遇國定假日當天無法出席，則補課程體驗卷乙張\*

## 注意事項

報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

上課10分鐘後，便不接受報名

單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額

# 12月開課表

第一堂課前

皆可插班呦

課程時間

12.01

12.31



類型	課程名稱	星期	時間	堂數	期課價	單堂價	老師	教室
07-12 歲 滿	有氧	六	15:50~16:45	4	\$ 840	\$ 260	尤雪	韻A
	瑜珈		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	靜馨	韻A
	瑜珈		19:00~19:55		\$ 840	\$ 260	金華	韻B
	兒童		19:00~21:00		\$ 2,200	\$ 600	水母	綜合球場
	瑜珈		20:00~20:55		\$ 840	\$ 260	Savannah	韻A
	瑜珈		20:00~20:55		\$ 840	\$ 260	金華	韻B
07-12 歲 滿	TRX	日	09:00~09:55	4	\$ 1,200	\$ 350	將將	多B
	瑜珈		09:00~09:55		\$ 720	\$ 210	靜馨	韻B
	瑜珈		10:00~10:55		\$ 720	\$ 210	靜馨	韻B
	有氧		10:00~10:55		\$ 720	\$ 210	將將	多B
	瑜珈		10:30~11:55		\$ 1,080	\$ 320	Janis	韻A
	兒童		13:00~15:00		\$ 1,800	\$ 500	Alan	綜合球場
07-12 歲 滿	瑜珈	日	13:30~14:25	4	\$ 840	\$ 260	Kiwi	韻B
	有氧		14:00~14:55		\$ 840	\$ 260	將將	韻A
	TRX		14:30~15:25		\$ 1,400	\$ 400	Kiwi	多B
	兒童		15:00~17:00		\$ 1,800	\$ 500	77	綜合球場
	羽球		15:00~17:00		\$ 1,600	\$ 450	小林	綜合球場
	飛輪		15:30~16:20		\$ 840	\$ 260	Kiwi	飛輪
* 肌力	全方位親子體能訓練		16:30~17:25		\$ 1,400	\$ 400	Kiwi	多B
	羽球		19:00~21:00		\$ 1,600	\$ 450	建霆	綜合球場

\* 親子須一起報名，小孩須8歲以上並有運動習慣 \*

\* 彈性放假及國定假日日本中心不停課，如遇國定假日當天無法出席，則補課程體驗卷乙張 \*



\*非墊上課程請攜帶乾淨運動鞋替換\*

瑜珈課程請自備瑜珈墊，如需租借酌收清潔費\$20元/次



## 注意事項

報名課程請親臨一樓櫃檯辦理

上課10分鐘後，便不接受報名

單堂課程限當天現場報名，建議事先致電洽詢是否有名額