



課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	報名日期	備註
消脂修身健康舞班 (1)	26/4/2023	5/7/2023	13:05 - 13:50 (逢星期三)	HK\$540	全期10堂，每堂45分鐘	23/3/2023	
24式太極拳高班	17/4/2023	10/7/2023	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$540	全期12堂，每堂1小時	7/3/2023	
24式太極拳中班	17/4/2023	10/7/2023	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$540	全期12堂，每堂1小時	7/3/2023	
24式太極拳初班	17/4/2023	10/7/2023	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$540	全期12堂，每堂1小時	7/3/2023	
瑜伽 H 班	17/4/2023	26/6/2023	14:45 - 16:00 (逢星期一)	HK\$620	全期10堂，每堂1小時15分鐘	28/2/2023	
活力Shape Up舞班	12/4/2023	21/6/2023	20:05 - 21:05 (逢星期三)	HK\$600	全期10堂，每堂1小時	15/2/2023	
KEEP FIT排排舞班	4/4/2023	6/6/2023	11:30 - 12:30 (逢星期二)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時	29/2/2023	
楊式太極劍54式	3/4/2023	19/6/2023	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	21/2/2023	
老架楊式太極拳91式	3/4/2023	19/6/2023	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	21/2/2023	
24式太極拳 (2)	3/4/2023	19/6/2023	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	21/2/2023	
瑜伽 G 班	29/3/2023	14/6/2023	17:50 - 18:50 (逢星期三)	HK\$600	全期10堂，每堂1小時	2/3/2023	
楊家太極拳初班 (10)	28/3/2023	30/5/2023	15:40 - 16:55 (逢星期二)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	14/2/2023	
瑜伽 P 班	28/3/2023	16/5/2023	13:00 - 14:00 (逢星期二)	HK\$560	全期8堂，每堂1小時	8/3/2023	
中國北派武術	24/3/2023	9/6/2023	10:15 - 11:30 (逢星期五)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	3/2/2023	
西方排排舞班	22/3/2023	7/6/2023	9:00 - 10:00 (逢星期三)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時	8/2/2023	
曲藝研習班	21/3/2023	11/4/2023	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$400	全期4堂，每堂2小時	1/3/2023	
簡化24式太極拳 (1)	21/3/2023	6/6/2023	7:45 - 8:45 (逢星期二)	HK\$540	全期12堂，每堂1小時	17/1/2023	
瑜伽 A 班	17/3/2023	2/6/2023	9:00 - 10:00 (逢星期五)	HK\$600	全期10堂，每堂1小時	28/1/2023	
社交舞基礎班	16/3/2023	4/5/2023	20:35 - 22:05 (逢星期四)	HK\$560	全期8堂，每堂1小時30分鐘	9/2/2023	
瑜伽 W 班	16/3/2023	20/4/2023	18:45 - 19:45 (逢星期四)	HK\$540	全期6堂，每堂1小時	24/2/2023	
美療瑜伽班	16/3/2023	18/5/2023	12:00 - 12:50 (逢星期四)	HK\$550	全期10堂，每堂50分鐘	2/2/2023	
降龍護身杖	16/3/2023	18/5/2023	9:00 - 10:00 (逢星期四)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時	2/2/2023	

課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	報名日期	備註
身心動力伸展班	13/3/2023	15/5/2023	16:15 - 17:30(逢星期一)	HK\$560	全期8堂，每堂1小時15分鐘	7/2/2023	
四十八式太極拳	13/3/2023	19/4/2023	10:15 - 11:30 (逢星期一,三)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	20/2/2023	
伸展治療瑜伽班	13/3/2023	24/4/2023	20:10 - 21:40 (逢星期一)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時30分鐘	7/2/2023	
道家強骨健脊動功	11/3/2023	6/5/2023	11:35 - 12:50 (逢星期六)	HK\$520	全期8堂，每堂1小時15分鐘	4/2/2023	
空手道D班	11/3/2023	6/5/2023	11:00 - 12:00 (逢星期六)	HK\$1,200	全期8堂，每堂1小時	6/2/2023	
空手道C班	11/3/2023	6/5/2023	10:00 - 11:00 (逢星期六)	HK\$1,200	全期8堂，每堂1小時	6/2/2023	
健體瑜伽班 (1)	10/3/2023	19/5/2023	18:00 - 19:15 (逢星期五)	HK\$680	全期10堂，每堂1小時15分鐘	11/2/2023	
瑜伽 Y 班	9/3/2023	13/4/2023	19:50 - 20:50 (逢星期四)	HK\$540	全期6堂，每堂1小時	10/2/2023	
空手道B班	7/3/2023	25/4/2023	17:30 - 18:30 (逢星期二)	HK\$1,200	全期8堂，每堂1小時	8/2/2023	
空手道A班	7/3/2023	25/4/2023	16:30 - 17:30 (逢星期二)	HK\$1,200	全期8堂，每堂1小時	8/2/2023	
八段錦健身氣功班	7/3/2023	28/3/2023	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$240	全期4堂，每堂1小時	14/2/2023	
修頓籃球訓練班(進階班)	6/3/2023	24/4/2023	18:45 - 20:00 (逢星期一)	HK\$1,800	全期9堂，每堂1小時15分鐘	7/2/2023	
修頓籃球訓練班	6/3/2023	24/4/2023	17:30 - 18:45 (逢星期一)	HK\$1,800	全期9堂，每堂1小時15分鐘	7/2/2023	
兒童體操中班	4/3/2023	29/4/2023	17:05 - 18:35 (逢星期六)	HK\$960	全期8堂，每堂1小時30分鐘	13/2/2023	
幼兒體操班	4/3/2023	29/4/2023	15:00 - 16:00 (逢星期六)	HK\$760	全期8堂，每堂1小時	13/2/2023	
瑜伽 M 班	2/3/2023	4/5/2023	19:00 - 20:00 (逢星期四)	HK\$600	全期10堂，每堂1小時	3/2/2023	
瑜伽 L 班	2/3/2023	4/4/2023	13:05 - 13:55 (逢星期二,四)	HK\$540	全期10堂，每堂50分鐘	17/2/2023	
傳統太極拳／88式 (7)	28/2/2023	30/3/2023	10:05 - 11:20 (逢星期二,四)	HK\$520	全期10堂，每堂1小時15分鐘	7/2/2023	
兒童拉丁舞班	25/2/2023	22/4/2023	13:15 - 14:15 (逢星期六)	HK\$920	全期8堂，每堂1小時	現已接受報名	
瑜伽 K 班	24/2/2023	5/5/2023	13:05 - 13:55 (逢星期五)	HK\$550	全期10堂，每堂50分鐘	現已接受報名	
拉丁排舞纖體班	22/2/2023	3/5/2023	14:45 - 16:00 (逢星期三)	HK\$560	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名	
曲藝研習班	21/2/2023	14/3/2023	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$400	全期4堂，每堂2小時	31/1/2023	
瑜伽 B 班	21/2/2023	25/4/2023	17:40 - 18:40 (逢星期二)	HK\$600	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名	

課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	報名日期	備註
------	------	------	---------	----	----	------	----

- 備註:
1. 採用先到先得，無須做會員證。歡迎15-65歲人士報讀以上各項課程（特別指明之課程除外）。
 2. 所有活動一經報名，本場館將不受理任何退款。
 3. 如人數不足，本場館有權延期或取消開辦，詳情請參閱海報或宣傳小冊子。請保存收據，若因人數不足或其他事故取消，請憑收據退款。
 4. 報名方法：星期一至五10:00A.M.至8:30P.M. 星期六10:00A.M.至4:30P.M. 星期日及公眾假期休息
 5. 報名地點：香港灣仔莊士敦道111號修頓場館地下辦事處，如以支票付款，抬頭請寫「香港遊樂場協會」。
 6. 關於場館服務條款，敬請參閱本場館網頁 <http://soustadium.hkpa.hk> (修頓場館)，本會保留最後之審決權。
 7. 如上表未能顯示閣下想報讀的課程，請致電2834 2702查詢。
 8. 學員上課時需穿輕便運動服，並自備練功帶、技巧鞋及水袖。
 9. 上課時需自備或另外購買健身球(25CM)乙個。
 10. 參加者需有基礎認識。
 11. 歡迎4-12歲人士報讀，必須另外購買及穿著制服(\$220)參加訓練。