



訓練班 Courses

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館
電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non-Member	導師 Instructor	編號 Code
BA2	青少年及成人班	4	3,10,17,24/2	一 Mon	18:00-20:00	16	9歲或以上	\$520	\$540	官惠慈/王俊迪	BA2
BA4		4	7,14,21,28/2	五 Fri	11:00-13:00		12歲或以上	\$420	\$440	余自明	BA4
BA10	技術改良班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	20:00-22:00		13歲或以上	\$600	\$620		BA10

羽毛球種子計劃

BAS01A	入門訓練	4	1,8,15,22/2	六 Sat	12:00-13:00	28	5-18歲	\$380	\$400		BAS01A
BAS02A	初級訓練	4	1,8,15,22/2		13:00-15:00		9-18歲	\$500	\$520		BAS02A
BAS03A	中級訓練	4	1,8,15,22/2	10:00-12:00	16	12歲以上	\$540	\$560	BAS03A		
BAS01B	入門訓練	4	2,9,16,23/2	日 Sun	10:00-11:00	28	5-18歲	\$380	\$400		BAS01B
BAS01C		4	2,9,16,23/2		09:00-10:00		28	5-18歲	\$380		\$400
BAS02B	初級訓練	4	2,9,16,23/2	11:00-13:00	28	9-18歲	\$500	\$520	BAS02B		

*直接報初級、中級及高級訓練之新學員必需於第一堂進行測試，合格方可參加。

網球 Tennis

3月份											
T1	青少年網球進階班	5	3,10,17,24,31/3	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$1,000	\$1,050		T1
T3	兒童網球班	4	7,14,21,28/3	五 Fri	17:00-19:00	12	6-10歲	\$800	\$850		T3
T4	青少年網球初級班	0	3月停課	五 Fri	17:00-19:00	12	10-17歲	\$0	\$50		T4
T5	兒童及青少年網球初級班	5	1,8,15,22,29/3	六 Sat	18:00-20:00	12	6-17歲	\$1,000	\$1,050		T5
T15	成人網球班	5	3,10,17,24,31/3	一 Mon	21:00-23:00	8	18歲以上	\$1,700	\$1,750		T15
T16	成人網球班(初學者班)	5	3,10,17,24,31/3	一 Mon	21:00-23:00	8	18歲以上	\$1,700	\$1,750		T16
T7	兒童室內小型網球班	5	3,10,17,24,31/3	一 Mon	16:30-18:00	6	4-7歲	\$1,000	\$1,050		T7

2月份											
T1	青少年網球進階班	4	3,10,17,24/2	一 Mon	17:00-19:00	12	需經教練評核	\$800	\$850		T1
T3	兒童網球班	4	7,14,21,28/2	五 Fri	17:00-19:00	12	6-10歲	\$800	\$850		T3
T4	青少年網球初級班		2月停課	五 Fri	17:00-19:00	12	10-17歲	\$0	\$50		T4
T5	兒童及青少年網球初級班	3	8,15,22/2	六 Sat	18:00-20:00	12	6-17歲	\$600	\$650		T5
T15	成人網球班	4	3,10,17,24/2	一 Mon	21:00-23:00	8	18歲以上	\$1,360	\$1,410		T15
T16	成人網球班(初學者班)	3	3,17,24/2	一 Mon	21:00-23:00	8	18歲以上	\$1,020	\$1,070		T16
T7	兒童室內小型網球班	4	3,10,17,24/2	一 Mon	16:30-18:00	6	4-7歲	\$800	\$850		T7

籃球 Basketball

R5	幼童中階班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	16:00-17:00	15	5-8歲	\$760	\$780	蔡駿賢教練	R5
R1	青少年班	4	5,12,19,26/2		17:00-19:00		20-23	12-17歲	\$900		\$920
R2	兒童中階班	4	7,14,21,28/2	五 Fri	17:00-19:00	12		9-13歲	\$900	\$920	蔡駿賢教練 / 其他合資格教練
R10	幼童初階班	4	2,9,16,23/2	日 Sun	08:00-09:00		5-8歲	\$760	\$780	蔡駿賢教練	
R6	兒童初階班	4	2,9,16,23/2		13:00-15:00	20-23	9-13歲	\$900	\$920		R6
R3	幼童高階班	4	2,9,16,23/2		15:00-16:45	15	5-8歲	\$860	\$880		R3

* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



訓練班 Courses

報名或查詢: 大埔安祥路2號 李福林體育館
電話: 2664 8661 網址: www.tpsa.org.hk

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code
足球 Football											
FB2	星期五班恆常班	4	7,14,21,28/2	五 Fri	17:00-18:30	先到先得	3-12歲以下	\$560	\$580	 香港足球總會教練	FB2
FB3	星期六恆常班上午班	3	8,15,22/2	六 Sat	09:00-10:30		3-12歲以下	\$420	\$440		FB3
FB1	星期六恆常班下午班	3	8,15,22/2	六 Sat	16:30-18:00		3-12歲以下	\$420	\$440		FB1
FB4	星期三恆常下午班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	18:00-19:30		3-12歲以下	\$560	\$580		FB4
FB5	星期日恆常上午班	3	9,16,23/2	日 Sun	9:00-10:30		3-12歲以下	\$420	\$440		FB5
FB7	星期一室內足球班	4	3,10,17,24/2	一 Mon	16:30-17:45		只收3-8歲	\$680	\$700		FB7

***如上課前, 教練亦未加參加者入WHATSAPP群組, 家長可以自行聯絡 *6110 7861*

欖球 Rugby											
RBM	兒童班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	18:00-19:30	30人, 最少10人才開班	4-11歲	\$200	\$220	香港欖球總會註冊教練	RBM
RBY	青少年班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	18:00-19:30		12-17歲	\$200	\$220		RBY

乒乓球 Table-Tennis											
TT2	入門班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	17:00-19:00	16	5-17歲	\$720	\$740	中國香港乒乓球學校導師	TT2
TT10		4	1,8,15,22/2	六 Sat	17:30-19:30			\$720	\$740		TT10
TT12	幼童班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	15:00-16:00	6	3-7歲	\$480	\$500		TT12

器械健體 Fitness Exercise											
F1	器械健體	8	4,7,11,14,18,21,25,28/2	二及五 Tue&Fri	20:30-21:30		16歲或以上	\$240	\$260	宋國文	F1
F2		8	4,6,11,13,18,20,25,27/2	二及四 Tue&Thu	14:30-15:30			\$240	\$260		F2
F3		4	2,9,16,23/2	日 Sun	10:30-11:30			\$160	\$180	郝靜英	F3
F11	清晨健體班	8	4,6,11,13,18,20,25,27/2	二及四 Tue&Thu	09:00-10:30			\$120	\$140		F11
F12	婦女健體班	8	4,6,11,13,18,20,25,27/2	二及四 Tue&Thu	10:30-12:00			\$120	\$140		F12
F13	清晨健體班	8	3,7,10,14,17,21,24,28/2	一及五 Mon&Fri	09:00-10:30			\$120	\$140		F13
F14		8	3,7,10,14,17,21,24,28/2		10:30-12:00			\$120	\$140		F14
F15		8	1,5,8,12,15,19,22,26/2	三及六 Wed&Sat	09:00-10:30	\$120	\$140	F15			
F16		8	1,5,8,12,15,19,22,26/2		10:30-12:00	\$120	\$140	F16			

跆拳道 Taekwondo											
TK1	兒童班	4	7,14,21,28/2	五 Fri	19:00-20:30	50	6-13歲	\$200	\$220		TK1
TK2	成人班	4	7,14,21,28/2		20:30-22:00		14歲或以上	\$200	\$220		TK2
TK3	跆拳道班	4	2,9,16,23/2	日 Sun	09:30-11:00	20	6歲或以上	\$200	\$220	香港跆拳道正道館教練	TK3

空手道 Karate											
KO1	基礎班	3	9,16,23/2 (2/2停課)	日 Sun	11:00-12:30	25	5歲或以上	\$300	\$320	沖繩剛柔流空手道榮心館	KO1
KO2	幼兒班 / 搏擊班	3	9,16,23/2 (2/2停課)		13:00-14:30		3-5歲 / 5歲或以上	\$300	\$320		KO2
KO3	形班	3	9,16,23/2 (2/2停課)		15:30-17:00		5歲或以上	\$300	\$320		KO3
KO4	入門班	3	9,16,23/2 (2/2停課)		09:30-11:00			\$300	\$320		KO4
KO5		3	8,15,22/2 (1/2停課)		15:30-17:00			\$300	\$320		KO5
KO6		4	4,11,18,25/2		六 Sat			19:00-20:30	\$400		\$420

武術 Wushu											
WS1	初班	4	2,9,16,23/2	日 Sun	17:00-18:00	20	4歲或以上	\$500	\$520	中國武術海外訓練學院導師	WS1
WS2	高班	4	2,9,16,23/2		18:00-19:00			\$500	\$520		WS2

詠春 Wing Chun											
W3	兒童/成人詠春混合班	3	8,15,22/2 (1/2停課)	六 Sat	11:30-13:00	20	6歲以上	\$450	\$470	詠春梁錦棠國術中心	W3

* 如章程內容有所變動, 最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準, 此章程只作參考之用。

* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



大埔體育會

訓練班 Courses

會員優先報名: 11/01/2025
公開報名: 12/01/2025

報名或查詢: 大埔安祥路2號 李福林體育館
電話: 2664 8661 網址: www.tpsa.org.hk

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code
花式跳繩 (梯隊訓練) Rope Skipping											
RS3	花式跳繩 (進階班)	4	1,8,15,22/2	六 Sat	17:00-18:30	18	7-15歲	\$600	\$620	中國香港跳繩體育聯合教練	RS3
RS2	花式跳繩 (初階/興趣班)	4	1,8,15,22/2		14:00-15:00		5-12歲	\$460	\$480		RS2

競技體操 Artistic Gymnastics											
G1	幼兒初班	4	4,11,18,25/2	二 Tue	15:00-16:30	25	3-5歲	\$768	\$788	Smartie Sport Company	G1
G3		4	7,14,21,28/2	五 Fri	14:00-15:30			\$768	\$788		G3
G8		4	1,8,15,22/2	六 Sat	15:00-16:30	25		\$768	\$788		G8
G4		4	1,8,15,22/2		09:00-10:30	25		\$768	\$788		G4
G9	兒童初班	4	1,8,15,22/2	六 Sat	16:30-18:00	16	5歲或以上	\$768	\$788	Smartie Sport Company	G9
G5		4	4,11,18,25/2	二 Tue	16:30-18:00		25	5歲或以上	\$768		\$788
G6		4	7,14,21,28/2	五 Fri	15:30-17:00	\$768			\$788		G6
G7		4	1,8,15,22/2	六 Sat	10:30-12:00	\$768			\$788		G7
G12	NEW	4	1,8,15,22/2	六 Sat	15:00-16:30	\$768			\$788	G12	
G10	兒童中班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	16:30-18:00	導師指定學員	\$768	\$788	Smartie Sport Company	G10	
G11		4	1,8,15,22/2	六 Sat	16:30-18:00		\$768	\$788		G11	
G13	NEW	4	6,13,20,27/2	四 Thu	15:00-16:30	10	2-5歲(必需有一位家長一齊上課)	\$1,200	\$1,220	G13	

* 學滿 3 個月需穿體操衣上課。(如需購買可向教練查詢)
* 導師將會從訓練班挑選學員進入本會精英訓練班 (另有訓練時間)

彈網 Trampoline												
E8	兒童彈網班	4	4,11,18,25/2	二 Tue	15:30-17:00	18	3歲以上	\$768	\$788	Smartie Sport Company	E8	
E1		4	4,11,18,25/2		17:00-18:30		20	5歲或以上	\$768		\$788	E1
E2		4	4,11,18,25/2		18:30-20:00		18		\$768		\$788	E2
E3		4	1,8,15,22/2	六 Sat	09:00-10:30	18			5歲或以上		\$768	\$788
E4		4	1,8,15,22/2		10:30-12:00			\$768	\$788		E4	
E5		4	1,8,15,22/2		15:00-16:30		\$768	\$788	E5			
E6	4	1,8,15,22/2	六 Sat	16:30-18:00	15	3歲以上	\$768	\$788	E6			

成人彈網 Adult Trampoline											
E7	成人班	4	4,11,18,25/2	二 Tue	18:00-20:00	12	18歲或以上	\$1,024	\$1,044	Smartie Sport Company	E7
E9	NEW	成人班	4	1,8,15,22/2	六 Sat			18:00-20:00	\$1,024		\$1,044

精英班 Elite Gymnastics											
TPSA1	男子精英體操	4	4,11,18,25/2	二 Tue	18:00-20:00	20	導師指定學員	\$944	---	Smartie Sport Company	TPSA1
TPSA2	女子精英體操	4	4,11,18,25/2	二 Tue	18:00-20:00			\$944	---		TPSA2

精英班 Elite Trampoline											
TPSA 4	精英彈網	4	4,11,18,25/2	二 Tue	18:00-20:00	18	導師指定學員	\$944	---	Smartie Sport Company	TPSA 4
TPSA 6		4	1,8,15,22/2	六 Sat				\$944	---		TPSA 6

足毬 Shuttlecock											
SHC1	初階班	4	4,11,18,25/2	二 Tue	20:00-21:00	24	6歲或以上	\$300	\$320	翹昇體育會	SHC1
SHC2		4	4,11,18,25/2	二 Tue	21:00-22:00			\$300	\$320		SHC2

* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之聲報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



大埔體育會 訓練班 Courses

會員優先報名: 11/01/2025
 公開報名: 12/01/2025
 報名或查詢: 大埔安祥路2號 李福林體育館
 電話: 2664 8661 網址: www.tpsa.org.hk

編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	Single Lesson	導師 Instructor	編號 Code
瑜伽 Yoga												
Y6	瑜伽 Yoga	3	10,17,24/2 (3/2停課)	一 Mon	09:00-10:30	25	12歲或以上	\$225	\$245	---	李玉芳	Y6
Y28	Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	10,17,24/2 (3/2停課)		09:30-10:30	20		\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y28
Y11	瑜伽 Yoga	3	10,17,24/2 (3/2停課)		18:30-20:00	20		\$300	\$320	---	蔡月蘭	Y11
Y19		4	4,11,18,25/2	二 Tue	10:00-11:30	28		\$360	\$380	\$120	洪梅	Y19
Y14		3	12,19,26/2 (5/2停課)	三 Wed	10:30-12:00	25		\$225	\$245	\$130	李玉芳	Y14
Y7		4	5,12,19,26/2		18:30-20:00	20		\$400	\$420	---	蔡月蘭	Y7
Y18		4	5,12,19,26/2		20:00-21:15	20		\$400	\$420	\$135	洪梅	Y18
Y1		8	5,7,12,14,19,21,28/2 (26/2 07:30-09:00)	三及五 Wed&Fri	08:00-09:00	25		\$422	\$442	\$70 (\$80)	歐陽麗娟	Y1
Y2		8	5,7,12,14,19,21,26,28/2		09:00-10:30	20		\$480	\$500	\$80		Y2
Y23	My Ring Yoga 瑜伽環	3	13,20,27/2 (6/2停課)	四 Thu	09:30-10:30	20		\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y23
Y24	Wheel Yoga 瑜伽輪	3	13,20,27/2 (6/2停課)		11:00-12:00		\$360	\$380	\$140	Y24		
Y25	Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	13,20,27/2 (6/2停課)		20:30-21:30		\$300	\$320	\$120	Y25		
Y21	Yoga 瑜伽	4	6,13,20,27/2		10:30-12:00		\$360	\$380	\$120	洪梅	Y21	
Y29	S/B healing with Yoga 頭暈嘔吐瑜伽	3	13,20,27/2 (6/2停課)		19:00-20:30		\$300	\$320	\$150	蕭秀珍	Y29	
Y26	Slim Yoga 瘦身瑜伽	3	14,21,28/2 (7/2停課)	五 Fri	19:30-20:30	20	\$300	\$320	\$120	劉小琴	Y26	
Y27	Wheel Yoga 瑜伽輪	3	14,21,28/2 (7/2停課)		20:30-21:30		\$360	\$380	\$140		Y27	
Y15	瑜伽 Yoga	4	1,8,15,22/2		六 Sat		14:00-15:30	28	\$400	\$420	\$135	洪梅

*參加 Y23 My Ring Yoga 必須穿長褲及帶備毛巾上課。

普拉提 Pilates												
PY3	基礎初班	3	11,18,25/2 (4/2停課)	二 Tue	19:00-21:00	15	12歲以上	\$360	\$380	\$150	李夏妹	PY3

伸展運動 Stretching Exercises												
SE4	基礎班	3	11,18,25/2 (4/2停課)	二 Tue	09:30-11:00	20	12歲以上	\$300	\$320	\$130	陳麗嫻	SE4
SE8	基礎班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	15:00-16:30			\$400	\$420	\$130		SE8

中國舞 Chinese Dance												
C6	Grade 8	3	8,15,22/2 (1/2停課)	六 Sat	09:30-11:00	30	10-18歲	\$390	\$410	李凝姿	C6	
C1	Grade 3	3	8,15,22/2 (1/2停課)		11:00-12:30		6-10歲	\$360	\$380		C1	

舞蹈技巧班 Dance Skills												
S9	成人古風古典舞班	3	9,16,23/2 (2/2停課)	日 Sun	20:00-21:30	20	15歲或以上	\$360	\$380	鍾家欣	S9	
S6	幼兒綜合舞蹈班	4	6,13,20,27/2	四 Thu	13:30-14:30	20	3-5歲	\$400	\$420		S6	
S10	兒童舞蹈班	4	6,13,20,27/2		17:30-18:30	20	6-10歲	\$400	\$420		S10	

電競賽車課程 Steam eSports Racing Course												
ER1	基礎認知班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	20:30-22:00	40	12歲或以上 (參加者身高需要至少 140cm)	\$400	\$420	香港賽車學校導師	ER1	
ER2	Steam賽車課程	4	5,12,19,26/2		18:30-20:00	6		\$1,200	\$1,220		ER2	

小型飛機 STEM 模擬飛行駕駛課程 STEM Flight Simulator Course												
EF1	兒童班	4	5,12,19,26/2	三 Wed	18:30-20:00	8	9歲-12歲	\$1,352	\$1,372	航飛有限公司導師	EF1	

* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之聲報欄及詢問處公報資料為準。此章程只作參考之用。

* 請於報名前參閱訓練班注意事項。



大埔體育會

訓練班 Courses

會員優先報名：11/01/2025

公開報名：12/01/2025

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館

電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk


編號 Code	活動名稱 Course	堂數 Lesson	日期 Date	星期 Day	時間 Time	名額 Quota	資格 Age	會員 Member	非會員 Non Member	導師 Instructor	編號 Code
------------	----------------	--------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	--------------	-------------------	------------------	------------

排排舞 Line Dance

P1	高班	3	11,18,25/2 (4/2停課)	二 Tue	11:00-12:30	25	12歲或以上	\$225	\$245	何雪華	P1
P2	中班	3	13,20,27/2 (6/2停課)	四 Thu	11:00-12:30			\$225	\$245		P2
P3	初班	3	10,17,24/2 (3/2停課)	一 Mon	11:00-12:30			\$225	\$245		P3

凡未滿額之排排舞班，均歡迎有興趣人士即場繳費參加。每次收費\$110。

健體舞 Aerobic Dance

A2		3	10,17,24/2 (3/2停課)	一 Mon	10:00-11:00	25	12歲或以上	\$150	\$170	何雪華	A2
A13		3	11,18,25/2 (4/2停課)	二 Tue	09:00-10:00			\$150	\$170		A13
A14		3	11,18,25/2 (4/2停課)	四 Thu	10:00-11:00			\$150	\$170		A14
A1		3	13,20,27/2 (6/2停課)	一 Mon	09:00-10:00			\$150	\$170		A1
A3		3	13,20,27/2 (6/2停課)	二 Tue	10:00-11:00			\$150	\$170		A3
		3	13,20,27/2 (6/2停課)	四 Thu	10:00-11:00			\$150	\$170		

凡未滿額之健體舞班，均歡迎有興趣人士即場繳費參加。每次收費\$75。

游泳 Swimming :

STP20	NEW	恆常班	21	7/2/2025 - 27/6/2025	五 Fri	19:00-20:00	30	3歲或以上	\$3,402	\$3,422	史丹福 學校導師 游泳	
STP21			21	7/2/2025 - 27/6/2025		20:00-21:00			\$3,402	\$3,422		STP21
STP1		恆常班	22	1/2/2025 - 28/6/2025	六 Sat	11:30-12:30	30	3歲或以上	\$3,564	\$3,584		STP1
STP4			22	1/2/2025 - 28/6/2025		13:30-14:30			\$3,564	\$3,584		STP4
STP3			22	1/2/2025 - 28/6/2025		14:30-15:30			\$3,564	\$3,584		STP3
STP6			22	1/2/2025 - 28/6/2025		17:30-18:30			\$3,564	\$3,584		STP6
STP12		恆常班	22	2/2/2025 - 29/6/2025	日 Sun	11:30-12:30	30	3歲或以上	\$3,564	\$3,584		STP12
STP17	NEW		22	2/2/2025 - 29/6/2025		12:30-13:30			\$3,564	\$3,584		STP17
STP14			22	2/2/2025 - 29/6/2025		14:30-15:30			\$3,564	\$3,584		STP14
STP15			22	2/2/2025 - 29/6/2025		15:30-16:30			\$3,564	\$3,584		STP15
STP16			22	2/2/2025 - 29/6/2025		16:30-17:30			\$3,564	\$3,584		STP16
STP39		恆常班	22	1/2/2025 - 28/6/2025	六 Sat	15:00-16:00	30	3歲或以上	\$3,564	\$3,584		STP39
STP40			22	1/2/2025 - 28/6/2025		16:00-17:00			\$3,564	\$3,584		STP40
STP41			22	1/2/2025 - 28/6/2025		17:00-18:00			\$3,564	\$3,584		STP41
STP42	NEW	恆常班 (女子成人班)	22	1/2/2025 - 28/6/2025	六 Sat	17:00-18:00		18歲或以上	\$3,564	\$3,584		STP42

重要事項: 1) 開班前4天, 不接受報名。2) 留意各班的上課地點。有關颱風或暴雨訊號懸掛時的注意事項，請參閱大埔體育會游泳訓練計劃海報之內容



大埔體育會

會員優先報名：11/01/2025
公開報名：12/01/2025

訓練班 Courses

報名或查詢：大埔安祥路2號 李福林體育館
電話：2664 8661 網址：www.tpsa.org.hk

編號 Code	活動名稱 Course	時間 Time	星期 Day	會員 Member	非會員 Non Member	名額 Quota	資格 Age	導師 Instructor
芭蕾舞 Ballet								
B1	Beginners	15:15-16:00	Fri (五)	\$600	\$620		Age 3 or above	
B3		16:00-16:45	Sat (六)					
B5	Pre - Primary	B5a 16:00-16:45	Fri (五)	\$630(1星期1堂) \$1,200(1星期2堂)	\$650(1星期1堂) \$1,220(1星期2堂)		Age 5 or above	
		B5b 09:00-09:45	Sat (六)					
B6	Primary	B6a 17:00-18:00	Tue (二)	\$660(1星期1堂) \$1,230(1星期2堂)	\$680(1星期1堂) \$1,250(1星期2堂)		Age 6 or above	
		B6b 16:45-17:45	Sat (六)					
		B6f 10:00-11:00	Sun (日)					
B7	Grade 1	B7a 16:00-17:00	Tue (二)	\$690(1星期1堂) \$1,260(1星期2堂)	\$710(1星期1堂) \$1,280(1星期2堂)			
		B7b 16:45-17:45	Fri (五)					
		B7c 09:45-10:45	Sat (六)					
		B7d 11:00-12:00	Sun (日)					
B8	Grade 2	16:00-17:00	Thu (四)	\$720(1星期1堂) \$1,290(1星期2堂)	\$740(1星期1堂) \$1,310(1星期2堂)			
		13:00-14:00	Sat (六)					
		12:00-13:00	Sun (日)					
B9	Grade 3	18:00-19:00	Tue (二)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		14:00-15:00	Sat (六)					
B10	Grade 4	15:00-16:00	Sat (六)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		13:00-14:00	Sun (日)					
B11	Grade 5	17:00-18:00	Thu (四)	\$750(1星期1堂) \$1,320(1星期2堂)	\$770(1星期1堂) \$1,340(1星期2堂)			
		10:45-11:45	Sat (六)					
B12	Majors 1 + Majors 3	18:00-19:30	Thu (四)	\$880(1星期1堂) \$1,540(1星期2堂) \$2,080(1星期3堂)	\$900(1星期1堂) \$1,560(1星期2堂) \$2,100(1星期3堂)			
	Majors 1 - Inter Foundation	17:45-19:00	Fri (五)					
		11:45-13:00	Sat (六)					
B13	Majors 2 - Intermediate	19:00-20:15	Tue (二)	\$880(1星期1堂) \$1,540(1星期2堂) \$2,080(1星期3堂)	\$900(1星期1堂) \$1,560(1星期2堂) \$2,100(1星期3堂)			
		19:00-20:15	Fri (五)					
	Majors 2 + Majors 3	17:45-19:15	Sat (六)					
B14	Majors 3 - Advanced 1	14:00-15:15	Sun (日)	\$880	\$900			
B15	Majors 1 + Majors 3 Majors 2 + Majors 3 Majors 3 - Advanced 1	18:00-19:30	Thu (四)	\$880(1星期1堂) \$1,540(1星期2堂) \$2,080(1星期3堂)	\$900(1星期1堂) \$1,560(1星期2堂) \$2,100(1星期3堂)			
		17:45-19:15	Sat (六)					
		14:00-15:15	Sun (日)					



有關颱風或暴雨訊號懸掛時的注意事項，請參閱毛妹芭蕾舞學校發出之通告。

* 如章程內容有所變動，最終以本會張貼於大堂之壁報欄及詢問處公報資料為準，此章程只作參考之用。

* 請於報名前參閱訓練班注意事項。