



課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	新生報名日期	暫停上課*	備註
傳統太極拳／88式 (7)	30/7/2026	1/9/2026	10:05 - 11:20 (逢星期二,四)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	17/7/2026		
兒童體操中班	25/7/2026	12/9/2026	17:35 - 19:05 (逢星期六)	HK\$1,040	全期8堂，每堂1小時30分鐘	6/7/2026		見備註8
兒童體操初班	25/7/2026	12/9/2026	16:30 - 17:30 (逢星期六)	HK\$840	全期8堂，每堂1小時	6/7/2026		
幼兒體操班	25/7/2026	12/9/2026	15:30 - 16:30 (逢星期六)	HK\$840	全期8堂，每堂1小時	6/7/2026		
KEEP FIT排排舞班	21/7/2026	22/9/2026	11:30 - 12:30 (逢星期二)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時	24/6/2026		
楊家88式太極拳 (9)	20/7/2026	5/10/2026	9:00 - 10:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	1/6/2026		
馬王堆導引氣功	18/7/2026	5/9/2026	11:35 - 12:50 (逢星期六)	HK\$540	全期8堂，每堂1小時15分鐘	13/6/2026		
空手道D班	18/7/2026	5/9/2026	10:30 - 11:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	13/6/2026		
空手道C班	18/7/2026	5/9/2026	09:30 - 10:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	13/6/2026		
粵劇研習班	18/7/2026	8/8/2026	13:00 - 15:00(逢星期六)	HK\$800	全期4堂，每堂2小時	27/6/2026		
簡化24式太極拳 (1)	14/7/2026	29/9/2026	7:45 - 8:45 (逢星期二)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	10/6/2026		
曲藝研習班	14/7/2026	4/8/2026	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$420	全期4堂，每堂2小時	23/6/2026		
24式太極拳高班	13/7/2026	5/10/2026	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	9/6/2026	20/7	
24式太極拳中班	13/7/2026	5/10/2026	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	9/6/2026	20/7	
24式太極拳初班	13/7/2026	5/10/2026	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	9/6/2026	20/7	
瑜伽輪伸展班	10/7/2026	14/8/2026	18:00 - 19:00 (逢星期五)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	29/5/2026		
瑜伽 T 班	8/7/2026	12/8/2026	18:00 - 19:00 (逢星期三)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	11/6/2026		
四十八式太極拳	8/7/2026	10/8/2026	10:15 - 11:30 (逢星期一,三)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	23/6/2026		
八段錦健身氣功班(1)	7/7/2026	28/7/2026	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$260	全期4堂，每堂1小時	24/6/2026		
修頓籃球訓練班(進階班)	6/7/2026	31/8/2026	18:45 - 20:00 (逢星期一)	HK\$1,890	全期9堂，每堂1小時15分鐘	1/6/2026		見備註8,9
修頓籃球訓練班	6/7/2026	31/8/2026	17:30 - 18:45 (逢星期一)	HK\$1,890	全期9堂，每堂1小時15分鐘	1/6/2026		見備註9

課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	新生報名日期	暫停上課*	備註
瑜伽 Y 班	2/7/2026	6/8/2026	19:50 - 20:50 (逢星期四)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	12/6/2026		
瑜伽 W 班	2/7/2026	6/8/2026	18:45 - 19:45 (逢星期四)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	12/6/2026		
瑜伽 L 班	2/7/2026	4/8/2026	13:05 - 13:55 (逢星期二,四)	HK\$560	全期10堂，每堂50分鐘	20/6/2026		
傳統太極拳／88式 (7)	25/6/2026	28/7/2026	10:05 - 11:20 (逢星期二,四)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	12/6/2026		
瑜伽 E 班	25/6/2026	13/8/2026	13:00 - 14:00 (逢星期四)	HK\$600	全期8堂，每堂1小時	5/6/2026		
瑜伽 P 班	23/6/2026	11/8/2026	13:00 - 14:00 (逢星期二)	HK\$600	全期8堂，每堂1小時	3/6/2026		
粵劇研習班	20/6/2026	11/7/2026	13:00 - 15:00(逢星期六)	HK\$800	全期4堂，每堂2小時	30/5/2026		
西方排舞班	17/6/2026	26/8/2026	9:00 - 10:00 (逢星期三)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名	1/7	
動靜瑜伽班	17/6/2026	26/8/2026	19:00 - 20:00 (逢星期三)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	21/5/2026	1/7	
瑜伽 G 班	17/6/2026	26/8/2026	17:50 - 18:50 (逢星期三)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	21/5/2026	1/7	
活力Shape Up舞班	17/6/2026	26/8/2026	20:05 - 21:05 (逢星期三)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名	1/7	
曲藝研習班	16/6/2026	7/7/2026	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$420	全期4堂，每堂2小時	26/5/2026		
纖體秀身健康舞班 (1)	15/6/2026	24/8/2026	17:45 - 18:45 (逢星期一)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名	20/7	
武術基礎訓練	12/6/2026	21/8/2026	10:05 - 11:20 (逢星期五)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	23/5/2026	19/6	
社交舞基礎班	11/6/2026	30/7/2026	20:35 - 22:05 (逢星期四)	HK\$580	全期8堂，每堂1小時30分鐘	現已接受報名		
八段錦健身氣功班(1)	9/6/2026	30/6/2026	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$260	全期4堂，每堂1小時	27/5/2026		
瑜伽 H 班	8/6/2026	17/8/2026	14:45 - 16:00 (逢星期一)	HK\$650	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名	20/7	
瑜伽輪初班	5/6/2026	14/8/2026	12:00 - 12:50 (逢星期五)	HK\$780	全期10堂，每堂50分鐘	現已接受報名	19/6	
頌钵瑜伽班	5/6/2026	17/7/2026	13:00 - 13:50 (逢星期五)	HK\$900	全期6堂，每堂50分鐘	現已接受報名	19/6	
健體瑜伽班 (2)	5/6/2026	14/8/2026	19:15 - 20:30 (逢星期五)	HK\$700	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名	19/6	
健體瑜伽班 (1)	5/6/2026	14/8/2026	18:00 - 19:15 (逢星期五)	HK\$700	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名	19/6	
瑜伽 A 班	5/6/2026	21/8/2026	9:00 - 10:00 (逢星期五)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名	19/6, 31/7	

課程名稱	開班日期	結束日期	日期 / 時間	學費	堂數	新生報名日期	暫停上課*	備註
纖體秀身健康舞班 (2)	4/6/2026	6/8/2026	17:45 - 18:45 (逢星期四)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名		
美療瑜伽班	4/6/2026	6/8/2026	12:00 - 12:50 (逢星期四)	HK\$570	全期10堂，每堂50分鐘	現已接受報名		
瑜伽 B 班	2/6/2026	4/8/2026	17:40 - 18:40 (逢星期二)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名		
四十八式太極拳	1/6/2026	6/7/2026	10:15 - 11:30 (逢星期一,三)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名	1/7	
24式太極拳 (2)	1/6/2026	3/8/2026	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
楊式太極劍54式	1/6/2026	3/8/2026	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
兒童體操中班	30/5/2026	18/7/2026	17:35 - 19:05 (逢星期六)	HK\$1,040	全期8堂，每堂1小時30分鐘	現已接受報名		
幼兒體操班	30/5/2026	18/7/2026	15:30 - 16:30 (逢星期六)	HK\$840	全期8堂，每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 K 班	29/5/2026	7/8/2026	13:05 - 13:55 (逢星期五)	HK\$570	全期10堂，每堂50分鐘	現已接受報名	19/6	見備註8
降龍護身杖	28/5/2026	30/7/2026	9:00 - 10:00 (逢星期四)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時	現已接受報名		
楊家太極拳初班 (10)	26/5/2026	28/7/2026	15:40 - 16:55 (逢星期二)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
粵劇研習班	23/5/2026	13/6/2026	13:00 - 15:00(逢星期六)	HK\$800	全期4堂，每堂2小時	現已接受報名		
空手道D班	23/5/2026	11/7/2026	10:30 - 11:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	現已接受報名		
空手道C班	23/5/2026	11/7/2026	09:30 - 10:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	現已接受報名		
馬王堆導引氣功	23/5/2026	11/7/2026	11:35 - 12:50 (逢星期六)	HK\$540	全期8堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
瑜伽輪伸展班	22/5/2026	3/7/2026	18:00 - 19:00 (逢星期五)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	現已接受報名	19/6	
傳統太極拳／88式 (7)	21/5/2026	23/6/2026	10:05 - 11:20 (逢星期二,四)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
兒童空手道試玩班	21/5/2026	21/5/2026	17:00 - 18:00 (逢星期四)	HK\$170	全期1堂，每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 Y 班	21/5/2026	25/6/2026	19:50 - 20:50 (逢星期四)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 Q 班	20/5/2026	24/6/2026	19:05 - 20:05 (逢星期三)	HK\$570	全期6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

新生報名日期

暫停上課\*

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5:30P.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. 參加者需有基礎認識。

9. 必須另外購買及穿著制服(\$220)參加訓練。

\*所有暫停上課日期以點名表為準。



小冊子 2026