



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
簡化24式太極拳 (1)	14/10/2025	30/12/2025	7:45 - 8:45 (逢星期二)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 P 班	14/10/2025	2/12/2025	13:00 - 14:00 (逢星期二)	HK\$600	全期8堂，每堂1小時	25/6/2025		
楊家太極拳初班 (10)	14/10/2025	16/12/2025	15:40 - 16:55 (逢星期二)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	3/6/2025		
瑜伽 B 班	14/10/2025	16/12/2025	17:40 - 18:40 (逢星期二)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	20/5/2025		
曲藝研習班	14/10/2025	4/11/2025	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$420	全期4堂，每堂2小時	27/5/2025		
八段錦健身氣功班	14/10/2025	4/11/2025	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$260	全期4堂，每堂1小時	17/6/2025		
健體KEEP FIT舞班	14/10/2025	16/12/2025	18:50 - 19:50 (逢星期二)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	14/5/2025		
楊式太極劍54式	13/10/2025	15/12/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	24/6/2025		
老架楊式太極拳91式	13/10/2025	15/12/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	24/6/2025		
24式太極拳 (2)	13/10/2025	15/12/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	24/6/2025		
瑜伽 H 班	13/10/2025	15/12/2025	14:45 - 16:00 (逢星期一)	HK\$650	全期10堂，每堂1小時15分鐘	2/6/2025		
消脂修身健康舞班 (2)	13/10/2025	15/12/2025	13:05 - 13:50 (逢星期一)	HK\$560	全期10堂，每堂45分鐘	24/6/2025		
楊家88式太極拳 (9)	13/10/2025	29/12/2025	9:00 - 10:00 (逢星期一)	HK\$540	全期12堂，每堂1小時	9/6/2025		
纖體秀身健康舞班 (1)	13/10/2025	15/12/2025	17:45 - 18:45 (逢星期一)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	10/6/2025		
24式太極拳高班	13/10/2025	29/12/2025	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	20/5/2025		
24式太極拳中班	13/10/2025	29/12/2025	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	20/5/2025		
24式太極拳初班	13/10/2025	29/12/2025	19:00 - 20:00 (逢星期一)	HK\$570	全期12堂，每堂1小時	20/5/2025		
瑜伽 G 班	8/10/2025	17/12/2025	17:50 - 18:50 (逢星期三)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	29/5/2025	29/10	
西方排排舞班	8/10/2025	17/12/2025	9:00 - 10:00 (逢星期三)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時	14/5/2025	29/10	
瑜伽 Q 班	8/10/2025	19/11/2025	19:05 - 20:05 (逢星期三)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	3/7/2025	29/10	
消脂修身健康舞班 (1)	8/10/2025	17/12/2025	13:05 - 13:50 (逢星期三)	HK\$560	全期10堂，每堂45分鐘	19/6/2025	29/10	

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 T 班	8/10/2025	4/11/2025	18:00 - 19:00 (逢星期三)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	19/6/2025	29/10	
四十八式太極拳	8/10/2025	12/11/2025	10:15 - 11:30 (逢星期一,三)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	9/6/2025	29/10	
活力Shape Up舞班	8/10/2025	17/12/2025	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	29/10	
動靜瑜珈班	8/10/2025	17/12/2025	19:00 - 20:00 (逢星期三)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	22/5/2025	29/10	
空手道D班	4/10/2025	22/10/2025	10:30 - 11:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	16/6/2025		
空手道C班	4/10/2025	22/10/2025	09:30 - 10:30 (逢星期六)	HK\$1,360	全期8堂，每堂1小時	16/6/2025		
馬王堆導引氣功	4/10/2025	22/11/2025	11:35 - 12:50 (逢星期六)	HK\$540	全期8堂，每堂1小時15分鐘	16/6/2025		
兒童體操中班	4/10/2025	22/11/2025	17:35 - 19:05 (逢星期六)	HK\$1,000	全期8堂，每堂1小時30分鐘	9/6/2025		
兒童體操初班	4/10/2025	22/11/2025	16:30 - 17:30 (逢星期六)	HK\$800	全期8堂，每堂1小時	9/6/2025		
幼兒體操班	4/10/2025	22/11/2025	15:30 - 16:30 (逢星期六)	HK\$800	全期8堂，每堂1小時	9/6/2025		
瑜伽輪初班	3/10/2025	5/12/2025	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		
健體瑜珈班 (2)	3/10/2025	5/12/2025	19:15 - 20:30 (逢星期五)	HK\$700	全期10堂，每堂1小時15分鐘	21/6/2025		
健體瑜珈班 (1)	3/10/2025	5/12/2025	18:00 - 19:15 (逢星期五)	HK\$700	全期10堂，每堂1小時15分鐘	21/6/2025		
中國北派武術	3/10/2025	5/12/2025	10:05 - 11:20 (逢星期五)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時15分鐘	20/6/2025		
瑜伽 A 班	3/10/2025	5/12/2025	9:00 - 10:00 (逢星期五)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	7/6/2025		
瑜伽 K 班	3/10/2025	5/12/2025	13:05 - 13:55 (逢星期五)	HK\$570	全期10堂，每堂50分鐘	7/6/2025		
頌钵瑜珈班	2/10/2025	7/11/2025	13:00 - 13:50 (逢星期五)	HK\$900	全期6堂，每堂50分鐘	30/5/2025		
社交舞基礎班	2/10/2025	20/11/2025	20:35 - 22:05 (逢星期四)	HK\$580	全期8堂，每堂1小時30分鐘	22/5/2025		
降龍護身杖	2/10/2025	4/12/2025	9:00 - 10:00 (逢星期四)	HK\$540	全期10堂，每堂1小時	19/6/2025		
瑜伽 W 班	2/10/2025	6/11/2025	18:45 - 19:45 (逢星期四)	HK\$570	全期6堂，每堂1小時	27/6/2025		
纖體秀身健康舞班 (2)	2/10/2025	4/12/2025	17:45 - 18:45 (逢星期四)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	13/6/2025		
瑜伽 M 班	2/10/2025	4/12/2025	19:00 - 20:00 (逢星期四)	HK\$630	全期10堂，每堂1小時	6/6/2025		

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 L 班	2/10/2025	6/11/2025	13:05 - 13:55 (逢星期二,四)	HK\$560	全期10堂, 每堂50分鐘	18/6/2025	7/10	
瑜伽 E 班	2/10/2025	20/11/2025	13:00 - 14:00 (逢星期四)	HK\$600	全期8堂, 每堂1小時	11/7/2025		
傳統太極拳／88式 (7)	2/10/2025	6/11/2025	10:05 - 11:20 (逢星期二,四)	HK\$540	全期10堂, 每堂1小時15分鐘	29/5/2025	7/10	
瑜伽 Y 班	2/10/2025	6/11/2025	19:50 - 20:50 (逢星期四)	HK\$570	全期6堂, 每堂1小時	20/6/2025		
美療瑜伽班	2/10/2025	4/12/2025	12:00 - 12:50 (逢星期四)	HK\$570	全期10堂, 每堂50分鐘	16/5/2025		
瑜伽 Q 班	11/6/2025	25/6/2025	19:05 - 20:05 (逢星期三)	HK\$285	全期3堂, 每堂1小時	22/5/2025		
八段錦健身氣功班	10/6/2025	24/6/2025	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$195	全期3堂, 每堂1小時	20/5/2025		
瑜伽 W 班	5/6/2025	26/6/2025	18:45 - 19:45 (逢星期四)	HK\$300	全期4堂, 每堂1小時	16/5/2025		
瑜伽 E 班	5/6/2025	26/6/2025	13:00 - 14:00 (逢星期四)	HK\$300	全期4堂, 每堂1小時	16/5/2025		
瑜伽 Y 班	29/5/2025	26/5/2025	19:50 - 20:50 (逢星期四)	HK\$475	全期5堂, 每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 T 班	28/5/2025	25/6/2025	18:00 - 19:00 (逢星期三)	HK\$475	全期5堂, 每堂1小時	現已接受報名		
瑜伽 L 班	27/5/2025	26/6/2025	13:05 - 13:55 (逢星期二,四)	HK\$560	全期10堂, 每堂50分鐘	14/5/2025		
四十八式太極拳	26/5/2025	25/6/2025	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		
頌钵瑜伽班	23/5/2025	27/6/2025	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		
中國北派武術	23/5/2025	27/6/2025	10:05 - 11:20 (逢星期五)	HK\$324	全期6堂, 每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
降龍護身杖	22/5/2025	26/6/2025	9:00 - 10:00 (逢星期四)	HK\$324	全期6堂, 每堂1小時	現已接受報名		
降龍護身杖	22/5/2025	26/6/2025	9:00 - 10:00 (逢星期四)	HK\$324	全期6堂, 每堂1小時	現已接受報名		
曲藝研習班	20/5/2025	10/6/2025	20:00 - 22:00 (逢星期二)	HK\$420	全期4堂, 每堂2小時	現已接受報名		
傳統太極拳／88式 (7)	15/5/2025	17/6/2025	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		
八段錦健身氣功班	13/5/2025	3/6/2025	14:30 - 15:30 (逢星期二)	HK\$260	全期4堂, 每堂1小時	現已接受報名		
修頓籃球訓練班	12/5/2025	30/6/2025	17:30 - 18:45 (逢星期一)	HK\$1,680	全期8堂, 每堂1小時15分鐘	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
修頓籃球訓練班(進階班)	12/5/2025	30/6/2025	18:45 - 20:00 (逢星期一)	HK\$1,680	全期8堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
楊式太極劍54式	12/5/2025	30/5/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$432	全期8堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
老架楊式太極拳91式	12/5/2025	30/6/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$432	全期8堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		
24式太極拳(2)	12/5/2025	30/6/2025	20:05 - 21:20 (逢星期一)	HK\$432	全期8堂，每堂1小時15分鐘	現已接受報名		

- 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5:00P.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。