



| 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     | 現已接受報名    |                  |    |
| 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     | 現已接受報名    |                  |    |
| 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     | 現已接受報名    |                  |    |
| 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     | 現已接受報名    |                  |    |
| 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     | 現已接受報名    |                  |    |
| 瑜伽 G 班       | 8/10/2025  | 24/12/2025 | 17:50 - 18:50 (逢星期三) | HK\$630 | 全期10堂，每堂1小時     | 29/5/2025 | 29/10,19/11      |    |
| 西方排排舞班       | 8/10/2025  | 31/12/2025 | 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    | 29/10,26/11,3/12 |    |
| 瑜伽 Q 班       | 8/10/2025  | 26/11/2025 | 19:05 - 20:05 (逢星期三) | HK\$570 | 全期6堂，每堂1小時      | 3/7/2025  | 29/10,19/11      |    |
| 消脂修身健康舞班 (1) | 8/10/2025  | 24/12/2025 | 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 | 26/11/2025 | 18:00 - 19:00 (逢星期三)   | HK\$570   | 全期6堂，每堂1小時      | 19/6/2025 | 29/10, 19/11 |    |
| 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 | 24/12/2025 | 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    | 29/10,19/11  |    |
| 動靜瑜珈班        | 8/10/2025 | 24/12/2025 | 19:00 - 20:00 (逢星期三)   | HK\$630   | 全期10堂，每堂1小時     | 現已接受報名    | 29/10,19/11  |    |
| 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 |              |    |
| 頌钵瑜珈班        | 3/10/2025 | 7/11/2025  | 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    |              |    |
| 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  |              |    |
| 社交舞基礎班       | 2/10/2025 | 27/11/2025 | 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    | 20/11        |    |
| 降龍護身杖        | 2/10/2025 | 11/12/2025 | 9:00 - 10:00 (逢星期四)    | HK\$540   | 全期10堂，每堂1小時     | 19/6/2025 | 20/11        |    |
| 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 | 11/12/2025 | 17:45 - 18:45 (逢星期四)   | HK\$630   | 全期10堂，每堂1小時     | 13/6/2025 | 20/11        |    |
| 瑜伽 M 班       | 2/10/2025 | 11/12/2025 | 19:00 - 20:00 (逢星期四)   | HK\$630   | 全期10堂，每堂1小時     | 6/6/2025  | 20/11        |    |

| 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 | 27/11/2025 | 13:00 - 14:00 (逢星期四)   | HK\$600 | 全期8堂，每堂1小時      | 11/7/2025 | 20/11 |    |
| 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 | 11/12/2025 | 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    | 20/11 |    |
| 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      | 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    | 現已接受報名    |       |    |
| 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    |       |    |

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。