

特別課程一覽 SPECIAL COURSES LISTING

堂數 No of class : 11 (每堂55分鐘 55mins/session)

費用 Fee HK\$1,090 / HK\$1,745 (兩項課程 2 Courses)

星期一 Monday (開課日期 Start Date: 7/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC101	10:30-11:25am	芭蕾舞熱身(地板芭蕾舞訓練及伸展) Ballet Pre-class Warm Up (Floor Ballet and Stretching)	伍美宜 Emily NG
SC102	11:30am-12:25pm	芭蕾舞 Ballet (初級班 Elementary)	伍美宜 Emily NG
星期二 Tuesday (開課日期 Start Date: 8/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC103	10:30-11:25am	身體肌力與體能訓練 Muscle Toning and Cardio Training	歐凱樺 Annie AU
SC104	11:30am-12:25pm	頌鉢身心放鬆伸展 Stretch and relax with singing bowl	歐凱樺 Annie AU
SC105	5:45-6:40pm	K-Pop	陳慧均 Fila CHAN
星期三 Wednesday (開課日期 Start Date: 9/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC106	10:30-11:25am	芭蕾舞 Ballet (初級班 Elementary)	黃曼喬 Barbie WONG
SC107	11:30am-12:25pm	當代芭蕾舞 Contemporary Ballet (初級班 Elementary)	黃曼喬 Barbie WONG
星期四 Thursday (開課日期 Start Date: 10/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC108	10:30-11:25am	痛症「自」療班 Pain self-care class	查海欣 CHAR Hoi-yan
SC109	11:30am-12:25pm	當代舞 Contemporary Dance (入門班 Introductory)	查海欣 CHAR Hoi-yan
SC110	5:45-6:40pm	Zumba Fitness	趙浩然 Rex CHIU
SC111	7:00-7:55pm	Funky Dance	黃振棠 Michael WONG
星期五 Friday (開課日期 Start Date: 11/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC112	10:30-11:25am	瑜珈 Yoga (初級班 Elementary)	岑寶珊 Bonnie SHUM
SC113	11:30am-12:25pm	舒壓與伸展 Destress & Stretch	岑寶珊 Bonnie SHUM
SC114	5:45-6:40pm	芭蕾舞爵士舞 Ballet Jazz	薛素蘭 Gloria SIT
星期六 Saturday (開課日期 Start Date: 5/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC115	12:00nn-12:55pm	K-Pop	徐梓鴻 Fuchsia TSUI
SC116	1:00-1:55pm	Hip Hop Jazz (入門班 Introductory)	陸耀麟 Anfernee LUK
SC117	5:30-6:25pm	身體肌力與體能訓練 Muscle Toning and Cardio Training	歐凱樺 Annie AU
星期日 Sunday (開課日期 Start Date: 6/4)			
課程編號 Code	時間 Time	課程 Course	導師 Instructor
SC118	11:30am-12:25pm	痛症「自」療班 Pain self-care class	查海欣 CHAR Hoi-yan
SC119	12:00nn-12:55pm	Zumba Fitness	趙浩然 Rex CHIU
SC120	3:00-3:55pm	Jazz Fusion	趙浩然 Rex CHIU