



| 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 |
|---------------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------------|-----------|-----------|------|
| 美療瑜伽班 | 27/3/2025 | 5/6/2025 | 12:00 - 12:50 (逢星期四) | HK\$570 | 全期10堂，每堂50分鐘 | 28/2/2025 | | |
| 瑜伽 P 班 | 25/3/2025 | 13/5/2025 | 13:00 - 14:00 (逢星期二) | HK\$600 | 全期8堂，每堂1小時 | 5/3/2025 | | |
| 曲藝研習班 | 25/3/2025 | 15/4/2025 | 20:00 - 22:00 (逢星期二) | HK\$420 | 全期4堂，每堂2小時 | 4/3/2025 | | |
| KEEP FIT排排舞班 | 25/3/2025 | 27/5/2025 | 11:30 - 12:30 (逢星期二) | HK\$540 | 全期10堂，每堂1小時 | 26/2/2025 | | |
| 八段錦健身氣功班 | 18/3/2025 | 8/4/2025 | 14:30 - 15:30 (逢星期二) | HK\$260 | 全期4堂，每堂1小時 | 25/2/2025 | | |
| 簡化24式太極拳 (1) | 18/3/2025 | 3/6/2025 | 7:45 - 8:45 (逢星期二) | HK\$570 | 全期12堂，每堂1小時 | 21/1/2025 | | |
| 24式太極拳高班 | 17/3/2025 | 16/6/2025 | 19:00 - 20:00 (逢星期一) | HK\$570 | 全期12堂，每堂1小時 | 11/2/2025 | 21/4, 5/5 | 見備註8 |
| 24式太極拳中班 | 17/3/2025 | 16/6/2025 | 19:00 - 20:00 (逢星期一) | HK\$570 | 全期12堂，每堂1小時 | 11/2/2025 | 21/4, 5/5 | 見備註8 |
| 24式太極拳初班 | 17/3/2025 | 16/6/2025 | 19:00 - 20:00 (逢星期一) | HK\$570 | 全期12堂，每堂1小時 | 11/2/2025 | 21/4, 5/5 | |
| 瑜伽 L 班 | 13/3/2025 | 15/4/2025 | 13:05 - 13:55 (逢星期二,四) | HK\$560 | 全期10堂，每堂50分鐘 | 28/2/2025 | | |
| 四十八式太極拳 | 10/3/2025 | 9/4/2025 | 10:15 - 11:30 (逢星期一,三) | HK\$540 | 全期10堂，每堂1小時15分鐘 | 17/2/2025 | | |
| 瑜伽 W 班 | 6/3/2025 | 10/4/2025 | 18:45 - 19:45 (逢星期四) | HK\$570 | 全期6堂，每堂1小時 | 14/2/2025 | | |
| 降龍護身杖 | 6/3/2025 | 15/5/2025 | 9:00 - 10:00 (逢星期四) | HK\$540 | 全期10堂，每堂1小時 | 16/1/2025 | 1/5 | |
| 瑜伽 T 班 | 5/3/2025 | 9/4/2025 | 18:00 - 19:00 (逢星期三) | HK\$570 | 全期6堂，每堂1小時 | 13/2/2025 | | |
| 傳統太極拳／88式 (7) | 4/3/2025 | 3/4/2025 | 10:05 - 11:20 (逢星期二,四) | HK\$540 | 全期10堂，每堂1小時15分鐘 | 11/2/2025 | | |
| 修頓籃球訓練班(進階班) | 3/3/2025 | 28/4/2025 | 18:45 - 20:00 (逢星期一) | HK\$1,680 | 全期8堂，每堂1小時15分鐘 | 27/1/2025 | 21/4 | |
| 修頓籃球訓練班 | 3/3/2025 | 28/4/2025 | 17:30 - 18:45 (逢星期一) | HK\$1,680 | 全期8堂，每堂1小時15分鐘 | 27/1/2025 | 21/4 | |
| 治療瑜伽班 | 3/3/2025 | 7/4/2025 | 20:15 - 21:15 (逢星期一) | HK\$570 | 全期6堂，每堂1小時 | 11/2/2025 | | |
| 空手道D班 | 1/3/2025 | 26/4/2025 | 10:30 - 11:30 (逢星期六) | HK\$1,360 | 全期8堂，每堂1小時 | 25/1/2025 | 19/4 | |
| 空手道C班 | 1/3/2025 | 26/4/2025 | 09:30 - 10:30 (逢星期六) | HK\$1,360 | 全期8堂，每堂1小時 | 25/1/2025 | 19/4 | |

| 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 |
|--------------|-----------|-----------|----------------------|-----------|------------------|-----------|-----------|----|
| 馬王堆導引氣功 | 1/3/2025 | 26/4/2025 | 11:35 - 12:50 (逢星期六) | HK\$540 | 全期8堂, 每堂1小時15分鐘 | 25/1/2025 | 19/4 | |
| 空手道D班 | 1/3/2025 | 26/4/2025 | 10:30 - 11:30 (逢星期六) | HK\$1,360 | 全期8堂, 每堂1小時 | 25/1/2025 | 19/4 | |
| 空手道C班 | 1/3/2025 | 26/4/2025 | 09:30 - 10:30 (逢星期六) | HK\$1,360 | 全期8堂, 每堂1小時 | 25/1/2025 | 19/4 | |
| 中國北派武術 | 28/2/2025 | 16/5/2025 | 10:05 - 11:20 (逢星期五) | HK\$540 | 全期10堂, 每堂1小時15分鐘 | 現已接受報名 | 4/4, 18/4 | |
| 瑜伽 Y 班 | 27/2/2025 | 3/4/2025 | 19:50 - 20:50 (逢星期四) | HK\$570 | 全期6堂, 每堂1小時 | 7/2/2025 | | |
| 社交舞基礎班 | 27/2/2025 | 17/4/2025 | 20:35 - 22:05 (逢星期四) | HK\$580 | 全期8堂, 每堂1小時30分鐘 | 16/1/2025 | | |
| 曲藝研習班 | 25/2/2025 | 18/3/2025 | 20:00 - 22:00 (逢星期二) | HK\$420 | 全期4堂, 每堂2小時 | 21/1/2025 | | |
| 兒童體操中班 | 22/2/2025 | 12/4/2025 | 17:05 - 18:35 (逢星期六) | HK\$1,000 | 全期8堂, 每堂1小時30分鐘 | 4/2/2025 | | |
| 兒童體操初班 | 22/2/2025 | 12/4/2025 | 16:00 - 17:00 (逢星期六) | HK\$800 | 全期8堂, 每堂1小時 | 4/2/2025 | | |
| 幼兒體操班 | 22/2/2025 | 12/4/2025 | 15:00 - 16:00 (逢星期六) | HK\$800 | 全期8堂, 每堂1小時 | 4/2/2025 | | |
| 八段錦健身氣功班 | 18/2/2025 | 11/3/2025 | 14:30 - 15:30 (逢星期二) | HK\$260 | 全期4堂, 每堂1小時 | 21/1/2025 | | |
| 楊式太極劍54式 | 17/2/2025 | 28/4/2025 | 20:05 - 21:20 (逢星期一) | HK\$540 | 全期10堂, 每堂1小時15分鐘 | 21/1/2025 | | |
| 老架楊式太極拳91式 | 17/2/2025 | 28/4/2025 | 20:05 - 21:20 (逢星期一) | HK\$540 | 全期10堂, 每堂1小時15分鐘 | 21/1/2025 | | |
| 24式太極拳 (2) | 17/2/2025 | 28/4/2025 | 20:05 - 21:20 (逢星期一) | HK\$540 | 全期10堂, 每堂1小時15分鐘 | 21/1/2025 | | |
| 消脂修身健康舞班 (1) | 12/2/2025 | 16/4/2025 | 13:05 - 13:50 (逢星期三) | HK\$560 | 全期10堂, 每堂45分鐘 | 現已接受報名 | | |
| 瑜伽 B 班 | 11/2/2025 | 15/4/2025 | 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 | | |
| 消脂修身健康舞班 (2) | 10/2/2025 | 14/4/2025 | 13:05 - 13:50 (逢星期一) | HK\$560 | 全期10堂, 每堂45分鐘 | 14/1/2025 | | |
| 瑜伽 H 班 | 10/2/2025 | 14/4/2024 | 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 | | |
| 兒童拉丁舞班 | 8/2/2025 | 29/3/2025 | 13:15 - 14:15 (逢星期六) | HK\$960 | 全期8堂, 每堂1小時 | 現已接受報名 | | |
| 頌钵瑜伽班 | 7/2/2025 | 21/3/2025 | 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 | 14/2 | |
| 瑜伽 E 班 | 6/2/2025 | 27/3/2025 | 13:00 - 14:00 (逢星期四) | HK\$600 | 全期8堂, 每堂1小時 | 現已接受報名 | | |
| 纖體秀身健康舞班 (2) | 6/2/2025 | 10/4/2025 | 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 | | |

| 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 G 班 | 5/2/2025 | 9/4/2025 | 17:50 - 18:50 (逢星期三) | HK\$630 | 全期10堂，每堂1小時 | 現已接受報名 | | |
| 纖體秀身健康舞班 (1) | 27/1/2025 | 31/3/2025 | 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 | | |
| 瑜伽輪初班 (試堂) | 24/1/2025 | 24/1/2025 | 12:00 - 12:50 (逢星期五) | HK\$20 | 全期1堂，每堂50分鐘 | 現已接受報名 | | |
| 健體瑜伽班 (1) | 24/1/2025 | 25/4/2025 | 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 | 31/1, 21/3, 4/4, 18/4 | |
| 瑜伽 A 班 | 24/1/2025 | 25/4/2025 | 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 | 31/1, 4/4, 11/4, 18/4 | |
| 活力Shape Up舞班 | 22/1/2025 | 2/4/2025 | 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 | 29/1 | |
| 傳統太極拳／88式 (7) | 21/1/2025 | 27/2/2025 | 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 | 28/1, 30/1 | |
| 曲藝研習班 | 21/1/2025 | 18/2/2025 | 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 | 28/1 | |
| 治療瑜伽班 | 20/1/2025 | 24/2/2025 | 20:15 - 21:15 (逢星期一) | HK\$570 | 全期6堂，每堂1小時 | 現已接受報名 | | |
| 軟組織鬆解疏導手法班(進階班) | 20/1/2025 | 24/3/2025 | 11:00 - 13:00 (逢星期一) | HK\$980 | 全期10堂，每堂2小時 | 現已接受報名 | | |
| 軟組織鬆解疏導手法班 | 20/1/2025 | 24/3/2025 | 9:00 - 11:00 (逢星期一) | HK\$900 | 全期10堂，每堂2小時 | 現已接受報名 | | |
| 瑜伽 L 班 | 16/1/2025 | 11/3/2025 | 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 | 28/1, 30/1, 11/2, 13/2, 18/2, 20/2 | |
| 四十八式太極拳 | 15/1/2025 | 5/3/2025 | 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 | 22/1, 27/1, 29/1, 3/2, 5/2 | |
| 西方排排舞班 | 15/1/2025 | 9/4/2025 | 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 | 29/1, 5/3, 12/3 | |
| 健體KEEP FIT舞班 | 14/1/2025 | 25/3/2025 | 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 | 28/1 | |
| 八段錦健身氣功班 | 14/1/2025 | 11/2/2025 | 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 | 28/1 | |
| 楊家88式太極拳 (9) | 13/1/2025 | 14/4/2025 | 9:00 - 10:00 (逢星期一) | HK\$540 | 全期12堂，每堂1小時 | 現已接受報名 | 27/1, 3/2 | |

| 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: | <p>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）。</p> <p>2. 所有活動一經報名，本場館將不受理任何退款。</p> <p>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。</p> <p>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</p> <p>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」。</p> <p>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。</p> <p>7. 如上表未能顯示閣下想報讀的課程，請致電2834 2702查詢。</p> <p>8. 參加者需有基礎認識。</p> <p>9. 必須另外購買及穿著制服(\$220)參加訓練。</p> <p>*所有暫停上課日期以點名表為準。</p> | | | | | | | |