

# 11月 NOVEMBER 12月 DECEMBER



## 2021 泳池課程



線上報名



課程資訊

★網路報名一律享 95 折優惠★ ★現場舊生續報享 9 折 (一對一、銀髮族班除外)、新生 95 折★  
 詳細課程資訊請至一樓泳池櫃台 電洽 02-22588886 轉 205

課程名稱	星期	日期	人數	上課時間	單堂原價 / 人	期別費用 / 人	時數 / 堂	課程介紹
<b>私人教練</b> 游泳家教班 ★需滿 3 足歲	一至日	開課後三個月內完成課程	1 對 1	需配合 現場時段 與教練預約	\$1,200	\$11,000	10hr	★一對一家教班續報享 95 折優惠。 ★家教班及包班須在第一堂開課後三個月內完成課程，逾期視同放棄上課權利，不予退費。 ★本中心保留所有優惠的最終解釋權。
			1 對 2		\$750	\$6,500		
			1 對 3		\$600	\$5,000		
			1 對 4		\$500	\$4,250		
			1 對 5		\$425	\$3,600		
<b>包班</b> 團體包班 ★需滿 7 足歲	一至日	開課後三個月內完成課程	7 人滿班	需配合 現場時段 與教練預約	\$3,000/ 班	\$18,000/ 班	10hr	★本中心無提供湊班服務，課程進行中不得換人或單獨退費。 ★原班續報 95 折優惠。
<b>成人有氧</b> 成人水中有氧 ★需滿 15 歲 ★8 人開班	一、三	依開課日期 共 8 堂	達 8 人 開班	10:30-11:20	\$285	\$1,760	8 堂	由專業水氧老師帶領學員在水裡律動，不需具備游泳能力也能參加喔。 (達開班人數通知開課日期)
	二、四			19:00-19:50				
<b>親子系列</b> 1-3 歲 (須足歲)	六	11/13-11/27 (11/6 停課)	4 組 開班	15:10-16:00	\$600	\$1,500	3 堂	★每組 (1 家長 +1 寶寶) 須有一位家長陪同下水上課，第二位家長陪同請另行購票 ★4 組開班，6 組滿班，師生比 1:6 組 ★寶寶請帶大毛巾、著防水尿布下水上課 ★本中心保留所有優惠最終解釋權。
12/4-12/25		16:00-16:50		\$2,000		4 堂		
<b>幼兒系列</b> 3-7 歲 (須足歲)	六、日	11/13-11/28 (11/6、11/7 停課)	3 人 開班	09:00-10:00	\$600	\$2,400	6 堂	★本中心團體班不可指定教練，教練會依學員個別程度指導教學。 ★課程視各門規定之開課人數開班，上課請於規定前 15 分鐘報到 ★未滿 12 歲之兒童可由一名家長免費陪伴進場 (不可使用場館設施)。 ★如因人數不足未能開班時，本中心將以簡訊或電話通知辦理轉班、保留一期或退費。 ★本中心團體課程皆為一週兩天 (親子系列除外)，為維護教學品質，私人因素請假，恕不補課。
		12/4-12/26		10:30-11:30		\$3,200	8 堂	
	二、四	11/2-11/30 (11/4 停課)		14:00-15:00		\$3,200	8 堂	
		12/2-12/30		15:00-16:00		\$3,600	9 堂	
	三、五	11/10-11/26 (11/3、11/5 停課)		10:30-11:30		\$2,400	6 堂	
		12/1-12/31		17:00-18:00		\$4,000	10 堂	
<b>兒童系列</b> 7-12 歲 (須足歲)	六、日	11/13-11/28 (11/6、11/7 停課)	6 人 開班	09:00-10:00	\$375	\$1,500	6 堂	泳池特色介紹： 1.教學內容：水性養成、韻律呼吸、游泳四式，含自由式、仰式、蛙式、蝶式教學、姿勢調整、水中安全自救課程等循序漸進方式指導。 2.安全維護：團體每班6~9人分配一名教練(團班不得指定教練)，身高未達120公分學員，本館備有水中教學椅。教學用標準池深度為110~150公分，長度50公尺，8個水道寬，SPA池、兒童戲水池及男女蒸氣室、烤箱暫停使用(依政府公告調整開放)，全時段皆安排合格救生員維護全體泳客安全。 3.專業師資：板橋運動中心每位教練皆經過嚴格篩選及專業培訓，備有合格的教練證照，教學時強調愛心、細心及耐心。
		12/4-12/26		10:30-11:30		\$2,000	8 堂	
	一、三	11/1-11/29 (11/3、11/8 停課)		14:00-15:00		\$1,750	7 堂	
		12/1-12/29		15:00-16:00		\$2,250	9 堂	
	二、四	11/2-11/30 (11/4 停課)		19:00-20:00		\$2,000	8 堂	
		12/2-12/30		20:00-21:00		\$2,250	9 堂	
<b>成人系列</b> 12 歲 以上	六、日	11/13-11/28 (11/6、11/7 停課)	6 人 開班	10:30-11:30	\$375	\$1,500	6 堂	
		12/4-12/26		11:30-12:30		\$2,000	8 堂	
	二、四	11/2-11/30 (11/4 停課)		15:00-16:00		\$2,000	8 堂	
		12/2-12/30		19:00-20:00		\$2,250	9 堂	
	三、五	11/10-11/26 (11/3、11/5 停課)		20:00-21:00		\$1,500	6 堂	
		12/1-12/31		15:00-16:00		\$2,500	10 堂	
	一、三	11/1-11/29 (11/3、11/8 停課)		19:00-20:00		\$1,750	7 堂	
		12/1-12/29		20:00-21:00		\$2,250	9 堂	
二、四	11/2-11/30 (11/4 停課)	19:00-20:00	\$2,000	8 堂				
	12/2-12/30	20:00-21:00	\$2,250	9 堂				