

5月單月課程

即日起至4/30
現場報名繳費

飛輪系列SPINNING								適合：13歲以上，請自備水壺及毛巾
課程名稱	星期	日期	時間	單堂原價/人	費用	堂數	教練	上課教室
減肥輕鬆雕塑飛輪-凍	一	5/5-5/26	14:00-14:50	120	\$480	4	K	4F 飛輪教室
飛輪有氧			18:30-19:20	200	\$660	4	張耀仁	
快速燃脂飛輪			19:30-20:20	300	\$720	4		
簡單雕塑飛輪			20:30-21:20	200	\$660	4		
節奏入門飛輪	二	5/6-5/27	09:00-09:50	200	\$560	4	BoBo	
燃脂雕塑飛輪			10:00-10:50	200	\$560	4	Eric	
簡單燃脂飛輪			18:40-19:30	200	\$660	4		
活力塑身飛輪			19:40-20:30	300	\$720	4		
輕鬆享瘦飛輪	20:40-21:30	200	\$660	4				
早晨曲線雕塑飛輪-凍	三	5/7-5/28	09:00-09:50	120	\$480	4	BoBo	
輕鬆塑身飛輪-凍			10:00-10:50	120	\$480	4	鐵妹	
飆汗飛輪			18:40-19:30	200	\$660	4		
燃脂雕塑飛輪			19:40-20:30	300	\$720	4		
晨間燃脂飛輪-凍	四	5/8-5/29 5/1停課	08:00-08:50	120	\$480	4		
簡單減肥雕塑飛輪-凍			12:15-13:05	120	\$480	4	K	
節奏飛輪			18:30-19:20	200	\$660	4	加欣	
節奏飛輪			19:30-20:20	300	\$720	4		
燃脂雕塑飛輪-凍	五	5/2-5/30	09:00-09:50	120	\$600	5	Canon	
活力飛輪			10:00-10:50	200	\$700	5		
享瘦燃脂入門飛輪			18:30-19:20	200	\$825	5	BoBo	
間歇飛輪			19:30-20:20	300	\$900	5		
減肥入門飛輪			20:30-21:20	200	\$825	5		
活力燃脂飛輪	六	5/3-5/24 5/31停課	08:00-08:50	200	\$660	4	Canon	
快樂雕塑飛輪			09:00-09:50	200	\$660	4		
活力飛輪			10:00-10:50	200	\$660	4		
智能飛輪	日	5/4-5/25	10:00-10:50	200	\$660	4	Jackey	
智能飛輪			11:00-11:50	200	\$660	4		
簡單燃脂飛輪			17:10-18:00	200	\$660	4	Canon	
活力燃脂飛輪			18:10-19:00	200	\$660	4		
飛輪有氧			19:10-20:00	200	\$660	4		

5月單月課程

即日起至4/30
現場報名繳費

有氧系列 AEROBIC

適合：13歲以上，請自備水壺、毛巾、乾淨鞋底運動鞋上課

課程名稱	星期	日期	時間	單堂原價/人	費用	堂數	教練	上課教室
ZUMBA®	一	5/5-5/26	09:00-10:00	200	\$580	4	Kate	2F韻律A
活力燃脂有氧			10:10-11:10	200	\$580	4	羽欣	2F韻律B
燃脂雕塑有氧			19:40-20:40	250	\$720	4	謝伊淳	
ZUMBA®	二	5/6-5/27	09:00-10:00	200	\$560	4	搖	2F韻律A
Strong nation™			10:10-11:10	250	\$700	4	小郭	
拳擊有氧			19:40-20:40	250	\$720	4	WEN	
燃脂肌力有氧			20:30-21:30	200	\$660	4	楊甯	2F韻律B
ZUMBA®	三	5/7-5/28	09:00-10:00	200	\$560	4	搖	2F韻律A
拳擊有氧			10:10-11:10	250	\$700	4	恰恰	2F韻律A
全方位肌力有氧			17:20-18:20	200	\$660	4	小郭	2F韻律A
Strong nation™			18:30-19:30	200	\$720	4		
心肺燃脂肌力 (需自備瑜珈墊)			19:40-20:40	250	\$720	4	Vivian	2F韻律B
格鬥燃脂			19:40-20:40	250	\$720	4	羽欣	2F韻律A
拳擊有氧	四	5/8-5/29 5/1停課	09:00-10:00	250	\$700	4	Doris王	2F韻律A
ZUMBA®			09:00-10:00	200	\$560	4	珮綺-Patien	2F韻律B
韻律有氧			10:10-11:10	200	\$560	4	Doris王	2F韻律A
燃脂肌力有氧			18:20-19:20	200	\$660	4	楊甯	2F韻律B
ZUMBA®	五	5/2-5/30	13:30-14:30	200	\$700	5	如如	2F韻律A
綜合有氧			18:40-19:40	200	\$825	5	Claire	
魔鬼核心雕塑	六	5/3-5/24 5/31停課	10:10-11:10	250	\$720	4	羽欣	2F社區教室
肌力雕塑間歇			11:30-12:30	250	\$720	4	MARK	3F武術B
塑身有氧	日	5/4-5/25	10:10-11:10	250	\$720	4	羽欣	2F韻律C



5月單月課程

即日起至4/30
現場報名繳費

瑜珈系列YOGA

適合：13歲以上，請自備水壺、毛巾、瑜珈墊上課

課程名稱	星期	日期	時間	單堂原價/人	費用	堂數	教練	上課教室
皮拉提斯	一	5/5-5/26	12:10-13:10	200	\$560	4	Phoebe	3F武術A
舒緩瑜珈			14:30-15:30	200	\$560	4	Zoe-柯佩君	
燃脂瑜珈			18:30-19:30	200	\$660	4	Code	
流動瑜珈			19:40-20:40	250	\$720	4		
皮拉提斯(初階)			20:50-21:50	200	\$660	4		
哈達瑜珈	二	5/6-5/27	18:40-19:40	200	\$660	4	洪長英	3F武術A
陰陽瑜珈			21:00-22:00	200	\$660	4	Maggie	
雕塑瑜珈愛滾筒	三	5/7-5/28	09:00-10:00	250	\$600	4	愛紗	2F韻律B
雕塑瑜珈愛滾筒			10:10-11:10	250	\$600	4		
輕流動瑜珈			19:40-20:40	250	\$720	4	Benny	3F武術A
舒緩伸展瑜珈			20:50-21:50	200	\$660	4		
流動瑜珈	四	5/8-5/29 5/1停課	09:00-10:00	200	\$560	4	周永茜	3F武術A
輕活力瑜珈			19:40-20:40	250	\$720	4	Zoe-柯佩君	3F武術A
伸展瑜珈			20:50-21:50	200	\$660	4		
塑身伸展瑜珈	五	5/2-5/30	10:10-11:10	200	\$700	5	林羿霆	3F武術A
基礎瑜珈-凍			12:10-13:10	120	\$600	5	Phoebe	
輕活力瑜珈			14:00-15:00	200	\$700	5	珮綺-Patien	
伸展瑜珈	六	5/3-5/24 5/31停課	14:50-15:50	200	\$660	4	曉梅	3F武術A
塑身皮拉提斯			16:00-17:00	200	\$660	4		
正位療癒瑜珈	日	5/4-5/25	09:30-10:30	200	\$660	4	洪長英	3F武術A
瑜珈YOGA			16:15-17:15	200	\$660	4	憶瑄	

舞蹈系列 DANCE

適合：13歲以上，請自備水壺、毛巾、乾淨鞋底運動鞋上課

課程名稱	星期	日期	時間	單堂原價/人	費用	堂數	教練	上課教室
流行MV舞蹈	三	5/7-5/28	20:50-21:50	200	\$640	4	Ellie	2F韻律B
日本舞-舞(須穿乾淨棉襪)			14:00-15:30	300	\$1,200	4	彭春霞	
SWING搖擺爵士舞-舞	四	5/8-5/29 5/1停課	10:10-11:40	300	\$1,200	4	克里斯	2F韻律B
HipHop	五	5/2-5/30	20:15-21:45	300	\$1,200	5	FaFa	2F韻律C

報名須知 / 注意事項

- 報名本中心課程前，請先詳閱本中心報名須知及各館課程相關規定。
- 完成報名手續簽名後，其法律效力及於報名人，報名人事後不得以不知或未瞭解等事由作為抗辯理由。
- 單月課程恕無法轉班、延期，並不受理轉讓。
- 退費方式：
 - 報名後，因個人因素於開課日前退費，全額退還不收任何違約金。
 - 開課後，退費一律酌收剩餘金額20%違約金。若於上課當日退費(上課時間之前)不扣該堂費用。
 - 退費金額計算方式：當期繳交費用 - (單堂課程原價 × 已進行堂數) = 剩餘金額 - 20% 違約金。
 - 退費時，請本人攜帶繳費時之課程報名單、發票(有登記統一編號者需提供公司印鑑)、原刷卡單及原信用卡，至本中心填寫折讓單始可辦理退費。
- 團體課程如因學員私人因素請假，恕無法另行補課、退費。但逢颱風、地震、豪雨等天然災害，依新北市政府宣佈停班停課規定辦理，本中心不再特別通知，補課方式將另行公告。
- 本中心保有課程報名之最終修改或停止之解釋權，並可因應實際課程安排變更報名方式或併班、調動教室及替換教練。課程資訊請洽 2258-8886#212 課務組