

水上活動					本期				
年齡	項目	地點	上課時間	3月~4月	班號	收費	名額		
18+	水中健體 (不需懂游泳， 教授水中 健體操。)	蓮峰體育中心 游泳池 (停課：3月1~5日)	一、四	14:00 - 15:30	CA001	\$300	50		
			一、四	15:30 - 17:00	CA009	\$300	50		
			二、五	14:00 - 15:30	CA002	\$300	50		
			二、五	15:30 - 17:00	CA010	\$300	50		
			一、三、五	20:00 - 21:00	CA003	\$300	30		
			一、三、五	22:00 - 23:00	CA007	\$300	50		
			二、四、六	22:00 - 23:00	CA008	\$300	50		
			日	11:00 - 12:30	CA004	\$150	30		
			日	17:00 - 18:30	CA005	\$150	30		
				巴坡沙體育中心游泳池 (停課：4月1~21日)	一、三、五	21:00 - 22:00	CA006	\$200	20
		奧林匹克體育中心游泳館 (停課：3月1~25日)	一、三、五	16:00 - 17:00	CA013	\$170	40		
16+	游泳保健 (需懂游泳， 教練只作 從旁指導。)	蓮峰體育中心 游泳池 (停課：3月1~5日)	一、三、五	18:00 - 19:00	NM001	\$300	30		
			一、三、五	19:00 - 20:00	NM002	\$300	30		
			一、三、五	21:00 - 22:00	NM003	\$300	30		
			二、四、六	19:00 - 20:00	NM004	\$300	30		
			二、四、六	20:00 - 21:00	NM005	\$300	30		
			一、三、五	22:00 - 23:00	NM010	\$300	50		
			二、四、六	22:00 - 23:00	NM011	\$300	50		
		巴坡沙體育中心 游泳池 (停課：4月1~21日)	一、三、五	7:00 - 8:00	NM006	\$200	30		
			一、三、五	8:00 - 9:00	NM007	\$200	30		
			二、四、六	7:00 - 8:00	NM008	\$200	30		
			二、四、六	8:00 - 9:00	NM009	\$200	30		
				奧林匹克體育中心游泳館 (停課：3月1~25日)	一、三、五	16:00 - 17:00	NM012	\$170	40
		鮑思高體育中心游泳池	一、三、五	7:00 - 8:00	NM015	\$300	30		
二、四	7:00 - 8:00		NM016	\$200	30				
5-10歲	兒童游泳 (不需懂游泳。)	蓮峰體育中心 游泳池 (停課：3月1~5日)	六	11:00 - 12:00	NC005	\$150	10		
6-10歲			日	8:00 - 9:00	NC006	\$150	10		
			二、四、六	18:00 - 19:00	NC001	\$350	30		
8-15歲			六	11:00 - 12:00	NC002	\$150	60		
			六	12:00 - 13:00	NC003	\$150	80		
			日	8:00 - 9:00	NC004	\$150	15		
16+	游泳入門 (不需懂游泳。)	蓮峰體育中心 游泳池 (停課：3月1~5日)	二、四、六	21:00 - 22:00	NI001	\$300	30		
			一、二、五	15:00 - 16:00	NI005	\$300	30		
			日	7:00 - 8:00	NI004	\$150	50		
		巴坡沙體育中心游泳池 (停課：4月1~21日)	一、三、五	20:00 - 21:00	NI002	\$200	20		
			二、四、六	21:00 - 22:00	NI003	\$200	20		
				奧林匹克體育中心游泳館 (停課：3月1~25日)	一、三、五	16:00 - 17:00	NI006	\$170	40
6-16	花樣游泳入門 (必須懂游泳。)	巴坡沙體育中心游泳池 (停課：4月1~21日)	二、四、六	20:00 - 21:00	NS001	\$200	20		

\* 蓮峰體育中心游泳池及巴坡沙體育中心游泳池，如需使用儲物櫃，請自備鎖一把。

球類				本期		
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月	班號	收費	名額
6-9	迷你籃球(初級)	望廈體育館A館	日 9:00 - 10:00	MB001	\$50	40
			日 10:00 - 11:00	MB002	\$50	40
10-14	迷你籃球(進階)		日 11:00 - 12:00	MA001	\$50	40
16+	羽毛球	望廈體育館A館	一、三 7:00 - 8:00	BA001	\$100	18
			二、五 7:00 - 8:00	BA002	\$100	18
			四、六 7:00 - 8:00	BA003	\$100	18
		望廈體育館B館	一 7:00 - 8:00	BA004	\$50	18
			三 7:00 - 8:00	BA005	\$50	18
			五 7:00 - 8:00	BA006	\$50	18
5-15 及家長	親子羽毛球	望廈體育館A館	日 7:00 - 8:00	BF002	\$100	18
			日 8:00 - 9:00	BF001	\$100	18
8-16 及家長	親子保齡球	保齡球中心	六 13:00 - 14:00	BL001	\$200	16
			六 14:00 - 15:00	BL002	\$200	16
			六 15:00 - 16:00	BL003	\$200	16
			六 16:00 - 17:00	BL004	\$200	16
			日 9:00 - 10:00	BL005	\$200	16
			日 10:00 - 11:00	BL006	\$200	16
			日 11:00 - 12:00	BL007	\$200	16
			日 12:00 - 13:00	BL008	\$200	16
			日 13:00 - 14:00	BL009	\$200	16
			日 14:00 - 15:00	BL010	\$200	16
			日 15:00 - 16:00	BL011	\$200	16
			日 16:00 - 17:00	BL012	\$200	16
12+	門球	奧林匹克體育中心 運動場熱身區 (停課：3月1~16日)	一、五 7:00 - 8:30	GB001	\$40	30
			四、六 7:00 - 8:30	GB002	\$40	30
13+	木球	奧林匹克體育中心 運動場	四 18:30 - 20:00	WB001	\$50	30
			六 18:30 - 20:00	WB002	\$50	30
16+	壁球(初級)	保齡球中心壁球場	三、五 19:00 - 20:00	SI001	\$100	12
			日 11:00 - 12:00	SI002	\$50	12
			日 12:00 - 13:00	SI003	\$50	12
5-15 及家長	親子壁球		日 9:00 - 10:00	SF001	\$100	12
			日 10:00 - 11:00	SF002	\$100	12
			5-15 及家長	親子網球	奧林匹克體育中心 戶外天地網球場	六 16:00 - 17:00
六 17:00 - 18:00	TF002	\$100				16
六 18:00 - 19:00	TF003	\$100				16
日 17:00 - 18:00	TF004	\$100				16
日 18:00 - 19:00	TF005	\$100				16

球類/體操					本期	
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月	班號	收費	名額
16+	網球	網球學校	六 9:00 - 10:00	TS001	\$50	24
			六 10:00 - 11:00	TS002	\$50	24
			一、四 20:30 - 21:30	TS003	\$100	24
			一、四 21:30 - 22:30	TS004	\$100	24
			二、五 20:30 - 21:30	TS005	\$100	24
			二、五 21:30 - 22:30	TS006	\$100	24
			三 15:00 - 16:00	TS014	\$50	12
			四 15:00 - 16:00	TS019	\$50	12
			日 12:00 - 13:00	TS020	\$50	12
		日 13:00 - 14:00	TS021	\$50	12	
		日 14:00 - 15:00	TS022	\$50	12	
		奧林匹克體育中心 戶外天地網球場	六 14:00 - 15:00	TS007	\$50	14
			六 15:00 - 16:00	TS008	\$50	14
日 16:00 - 17:00	TS009		\$50	14		
一 15:00 - 16:00	TS010		\$50	12		
一 16:00 - 17:00	TS011		\$50	12		
四 15:00 - 16:00	TS012		\$50	12		
4-7	幼兒韻律操	鮑思高體育中心B室	日 10:30 - 11:30	GR001	\$20	20
		鮑思高體育中心A室	六 14:00 - 15:00	GR003	\$20	20
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	日 14:30 - 15:30	GR002	\$20	20
5-10	兒童體操 (初級)	得勝體育中心A室	二、五 17:30 - 18:30	GI001	\$100	20
		運動醫學中心 體操室	日 14:00 - 15:30	GI002	\$50	20
			日 17:00 - 18:30	GI003	\$50	20
			六 14:00 - 15:30	GI005	\$50	20
	六 17:00 - 18:30		GI006	\$50	20	
	兒童體操 (中級)	得勝體育中心A室	一、三 17:30 - 18:30	GA002	\$100	20
運動醫學中心 體操室		日 15:30 - 17:00	GA001	\$50	20	
	4-7	幼兒體操	奧林匹克體育中心 運動場2S04室	四 17:30 - 19:00	GI004	\$50
二 17:30 - 19:00				GI007	\$50	16
五 17:30 - 19:00				GI008	\$50	16
4-10 及家長	親子體操	奧林匹克體育中心 運動場2S04室	日 10:00 - 11:30	GF001	\$100	20
			日 11:30 - 13:00	GF002	\$100	20
			六 14:00 - 15:30	GF003	\$100	20

舞蹈							本期	
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月		班號	收費	名額	
14+	健康舞 (帶氧健康操)	得勝體育中心A室	六	18:30 - 19:30	AE001	\$50	30	
			二	18:30 - 19:30	AE003	\$50	30	
		鮑思高體育中心A室	六	20:30 - 21:30	AE004	\$50	20	
			二、五	18:00 - 19:00	AE002	\$100	20	
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	日	10:00 - 11:00	AE006	\$50	20	
14+	拳擊健康舞	嘉模泳池體操室A室	六	16:00 - 17:00	KB005	\$50	20	
		鮑思高體育中心A室	六	19:30 - 20:30	KB006	\$50	20	
			日	17:00 - 18:00	KB003	\$50	20	
			三	20:00 - 21:00	KB002	\$50	20	
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	日	19:00 - 20:00	KB004	\$50	24	
16+	踏板健康舞	鮑思高體育中心A室	四	19:30 - 20:30	ST001	\$50	20	
		運動醫學中心體操室	日	11:00 - 12:00	ST002	\$50	20	
18+	集體健康舞 (入門)	塔石體育館B230室	二、四、六	8:30 - 9:30	DA008	\$100	40	
			一、三、五	7:30 - 8:30	DA001	\$100	40	
			日	7:30 - 9:00	DA007	\$50	40	
			日	12:00 - 13:30	DA002	\$50	30	
		得勝體育中心A室	二、四、六	8:00 - 9:00	DA004	\$100	35	
			二、四	19:30 - 21:00	DA005	\$100	30	
			六	9:00 - 10:30	DA009	\$50	25	
		奧林匹克體育中心 運動場GM13室 (停課:3月6日)	日	11:00 - 12:30	DA003	\$50	30	
	奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	二、四	18:30 - 20:00	DA006	\$100	30		
	集體健康舞 (中級)	望廈體育館B館	一、三、五	8:00 - 9:00	AI001	\$100	150	
		鮑思高體育中心A室	三	18:30 - 20:00	AI002	\$50	25	
			六	18:00 - 19:30	AI006	\$50	25	
		塔石體育館B230室 奧林匹克體育中心 運動場GM13室 (停課:3月6日)	六	14:00 - 15:30	AI003	\$50	30	
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	日	9:30 - 11:00	AI004	\$50	30	
	奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	二、四	20:00 - 21:30	AI005	\$100	30		
	集體健康舞 (高級)	望廈體育館B館	二、四、六	8:00 - 9:00	AG001	\$100	150	
		鮑思高體育中心A室	一、四	18:00 - 19:30	AG002	\$100	25	
			二、五	19:00 - 20:30	AG003	\$100	25	
		得勝體育中心A室	一、三	18:30 - 20:00	AG004	\$100	30	
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	一、三	20:00 - 21:30	AG005	\$100	30	
5-13	兒童排排舞(初級)	得勝體育中心A室	六	12:30 - 13:30	DC001	\$50	35	
	兒童排排舞(進階)	塔石體育館B230室	六	15:30 - 17:00	DF001	\$100	35	
4~13	親子排排舞	塔石體育館B230室	日	14:30 - 16:00	LF001	\$100	40	
			日	18:30 - 20:00	LF002	\$100	40	

舞蹈

本期

年齡	項目	地點	上課時間3月~4月	班號	收費	名額		
14+	排排舞(初級)	塔石體育館B230室	一、三 20:30 - 22:00	DL001	\$100	30		
			日 17:00 - 18:30	DL002	\$50	30		
			四 11:30 - 13:00	DL005	\$50	30		
			六 11:30 - 13:00	DL006	\$50	30		
		得勝體育中心A室	二 14:30 - 16:00	DL007	\$50	30		
			五 14:30 - 16:00	DL008	\$50	30		
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	六 20:30 - 22:00	DL003	\$50	30		
			日 20:00 - 21:30	DL004	\$50	30		
			日 11:00 - 12:30	DL009	\$50	30		
		鮑思高體育中心A室	二、四 14:30 - 16:00	DL010	\$100	25		
排排舞(進階)	塔石體育館B230室	五 20:30 - 22:00	DI001	\$100	30			
		六 17:00 - 18:30	DI002	\$100	30			
	得勝體育中心A室	五 18:30 - 20:00	DI003	\$100	30			
	鮑思高體育中心A室	六 15:00 - 16:30	DI004	\$100	25			
8-25	體育舞蹈 (初級)	得勝體育中心A室	日 16:30 - 18:00	DD001	\$50	24		
16+		得勝體育中心A室	二、五 21:00 - 22:30	DD003	\$100	24		
			四、六 21:00 - 22:30	DD004	\$100	24		
			一 14:30 - 16:00	DD005	\$50	24		
			四 14:30 - 16:00	DD006	\$50	24		
			六 13:30 - 15:00	DD007	\$50	24		
			六 11:00 - 12:30	DD008	\$50	24		
			日 8:30 - 10:00	DD009	\$50	24		
			六 15:00 - 16:30	DD010	\$50	24		
			日 20:30 - 22:00	DD013	\$50	24		
			一 21:00 - 22:30	DD014	\$50	24		
		16+	體育舞蹈(中級) (已參加體育舞蹈初級班一年或以上)	得勝體育中心A室	四 18:00 - 19:30	DG001	\$50	24
					六 19:30 - 21:00	DG002	\$50	24
		10-30	體育舞蹈(高級)	鮑思高體育中心A室	日 15:30 - 17:00	DE001	\$100	30
得勝體育中心A室	三 20:00 - 21:30			DE002	\$100	30		
5-12	拉丁舞(初級)	鮑思高體育中心A室	日 10:00 - 11:30	LA001	\$50	30		
13-40			日 11:30 - 13:00	LA002	\$50	30		
5-12	拉丁舞(進階)	鮑思高體育中心A室	日 14:00 - 15:30	LI001	\$100	30		
			一 19:30 - 21:00	LI002	\$100	30		
14+	爵士舞(初級)	得勝體育中心A室	一 20:00 - 21:00	JZ003	\$50	20		
		鮑思高體育中心A室	日 18:00 - 19:00	JZ001	\$50	20		
			日 19:00 - 20:00	JZ002	\$50	20		
	爵士舞(進階)	鮑思高體育中心A室	日 20:00 - 21:30	JA001	\$100	20		

其他/瑜伽							本期
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月		班號	收費	名額
6+	圍棋	蓮峰體育中心	六	14:30 - 16:00	WQ001	\$20	20
			六	16:00 - 17:30	WQ002	\$20	20
		運動培訓中心	六	14:30 - 16:00	WQ003	\$20	20
6+	中國象棋	蓮峰體育中心二樓培訓室	六	14:30 - 17:00	XC001	\$20	30
7-12	兒童武術	得勝體育中心A室	日	10:00 - 11:30	AM001	\$50	30
8+	花式單車	巴坡沙體育中心	日	8:00 - 9:30	CI001	\$20	20
4+	花式溜冰	佳景樂園	六	18:30 - 19:30	PM001	\$400	30
			日	18:30 - 19:30	PM002	\$400	30
16+	器械健身班	運動培訓中心	一、三、五	19:00 - 20:30	CM001	\$100	28
18+	瑜伽 (初級)	得勝體育中心A室	二、四	9:00 - 10:00	YG031	\$100	30
			二、四	10:00 - 11:00	YG032	\$100	30
			一、五	9:00 - 10:00	YG011	\$100	30
			三、五	10:00 - 11:00	YG046	\$100	30
			一	10:00 - 11:00	YG009	\$50	30
			三	9:00 - 10:00	YG019	\$50	30
		得勝體育中心B室	一、三	9:00 - 10:00	YG001	\$100	30
			一、三	10:00 - 11:00	YG002	\$100	30
			一、五	11:00 - 12:00	YG008	\$100	30
			一、五	13:00 - 14:00	YG016	\$100	30
			二、四	9:00 - 10:00	YG003	\$100	30
			二、四	10:00 - 11:00	YG004	\$100	30
			二、四	13:00 - 14:00	YG040	\$100	30
			二、四	14:30 - 15:30	YG045	\$100	30
			二、五	7:30 - 8:30	YG015	\$100	30
			日	13:00 - 14:00	YG037	\$50	30
			日	14:00 - 15:00	YG030	\$50	30
		鮑思高體育中心B室	一、四	18:30 - 19:30	YG013	\$100	20
			三、五	18:00 - 19:00	YG014	\$100	20
			二	18:30 - 19:30	YG033	\$50	20
			二	19:30 - 20:30	YG034	\$50	20
			三	19:00 - 20:00	YG043	\$50	20
			五	19:00 - 20:00	YG044	\$50	20
			六	16:00 - 17:00	YG012	\$50	20
			六	17:00 - 18:00	YG024	\$50	20

瑜 伽				本 期		
年 齡	項 目	地 點	上 課 時 間 3 月 ~ 4 月	班 號	收 費	名 額
18+	瑜 伽 (初 級)	塔石體育館B230室	二、四 19:30 - 20:30	YG017	\$100	40
			六 9:30 - 10:30	YG021	\$50	30
			六 10:30 - 11:30	YG029	\$50	30
			日 9:00 - 10:00	YG022	\$50	30
			日 10:00 - 11:00	YG028	\$50	40
			日 11:00 - 12:00	YG018	\$50	40
			二 15:00 - 16:00	YG035	\$50	20
			二 16:00 - 17:00	YG036	\$50	20
			五 16:00 - 17:00	YG038	\$50	20
		運動醫學中心體操室	二、四 10:00 - 11:00	YG005	\$100	30
			一、三 19:00 - 20:00	YG006	\$100	30
			日 10:00 - 11:00	YG025	\$50	30
			日 18:30 - 19:30	YG010	\$50	30
		奧林匹克體育中心 運動場2S04室	六 16:30 - 17:30	YG023	\$50	20
			六 17:30 - 18:30	YG027	\$50	20
			六 18:30 - 19:30	YG007	\$50	30
		嘉模泳池體操室A室	三 19:00 - 20:00	YG020	\$50	20
		奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	一、三 19:00 - 20:00	YG039	\$100	20
			六 19:30 - 20:30	YG041	\$50	20
			日 16:00 - 17:00	YG026	\$50	20
日 18:00 - 19:00	YG042		\$50	20		
8-12	兒童瑜伽	塔石體育館B230室	日 16:00 - 17:00	YI001	\$50	26
7-12 及家長	親子瑜伽	奧林匹克體育中心 戶外天地(二樓)體育室	日 17:00 - 18:00	YF001	\$100	26
18+	瑜 伽 (進 階)	得勝體育中心A室	一、三 11:00 - 12:00	YA002	\$150	30
		奧林匹克體育中心 運動場2S04室	六 19:30 - 21:00	YA004	\$150	30

太極拳							本期
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月	班號	收費	名額	
8+	太極拳 (初級)	塔石體育館B230室	一、三、五 18:30 - 19:30	TJ008	\$50	30	
			一、三、五 19:30 - 20:30	TJ012	\$50	30	
			二、四、六 7:30 - 8:30	TJ010	\$50	30	
			二、四 9:30 - 11:00	TJ022	\$50	30	
			六、日 20:00 - 21:30	TJ023	\$50	30	
		得勝體育中心A室	二、四、六 7:00 - 8:00	TJ013	\$50	30	
			一、三、五 8:00 - 9:00	TJ014	\$50	30	
			一、五 16:00 - 17:30	TJ025	\$50	30	
		巴坡沙體育中心	一、三、五 7:00 - 8:00	TJ001	\$50	30	
			一、三、五 8:00 - 9:00	TJ021	\$50	30	
		蓮峰體育中心體育室A室	一、三、五 7:00 - 8:00	TJ015	\$50	30	
			二、四、六 7:00 - 8:00	TJ016	\$50	30	
		蓮峰體育中心體育室B室	一、三、五 7:00 - 8:00	TJ002	\$50	30	
			一、三、五 8:00 - 9:00	TJ003	\$50	30	
			一、三、五 18:00 - 19:00	TJ017	\$50	30	
			一、三、五 19:00 - 20:00	TJ018	\$50	30	
			二、四、六 7:00 - 8:00	TJ004	\$50	30	
			二、四、六 17:30 - 18:30	TJ019	\$50	30	
			二、四、六 18:30 - 19:30	TJ020	\$50	30	
		奧林匹克體育中心 運動場1M02室	一、三、五 7:30 - 8:30	TJ007	\$50	30	
	一、三、五 20:30 - 21:30		TJ011	\$50	30		
	二、四、六 7:30 - 8:30		TJ005	\$50	30		
	二、四、六 8:30 - 9:30		TJ006	\$50	30		
	太極拳 (進階)	望廈體育館B館	二、四、六 7:00 - 8:00	TA001	\$100	30	
			二、四、六 18:30 - 19:30	TA002	\$100	30	
		奧林匹克體育中心 運動場1M02室	一、三、五 19:30 - 20:30	TA003	\$100	30	
		得勝體育中心A室	一、三、五 7:00 - 8:00	TA004	\$100	30	
			日 7:00 - 8:30	TA005	\$50	30	

展能活動							本期
年齡	項目	地點	上課時間3月~4月		班號	收費	名額
6~14	聽障人士游泳班	蓮峰體育中心 游泳池 (停課：3月1~5日)	六	11:00 - 12:00	IN001	\$60	10
			日	8:00 - 9:00	IN002	\$60	10
7+	智障人士游泳班		二	17:00 - 18:00	II001	\$60	18
			四	17:00 - 18:00	II002	\$50	18
不限	聽障人士羽毛球	望廈體育館A館	六	18:00 - 19:00	IA001	\$20	12
	傷殘人士羽毛球		六	18:00 - 19:00	IF001	\$20	12
	智障人士羽毛球		六	18:00 - 19:00	IM001	\$20	16
與各總會合辦之興趣班							本期
16+	廣場舞	街坊總會社區 服務大樓六樓 (停課：4月5、22日)	二、四	9:30 - 11:00	DP001	\$100	40
	柔力球		三、五	9:30 - 11:00	RL001	\$100	40
18+	健身氣功	工聯北區綜合服務中心	一、四	14:30 - 15:30	QG001	\$50	10
		工聯台山社區中心 (停課：4月5日)	二、四	9:00 - 10:00	QG002	\$50	10
		文職人員總會	一、三	20:30 - 21:30	QG003	\$50	10
16+	活力健身操	塔石體育館B230室	二、四	20:30 - 21:30	GS001	\$50	20
		工聯北區綜合服務中心	三、五	19:30 - 20:30	GS002	\$50	10
			三、五	9:15 - 10:15	GS004	\$50	10
		工聯台山社區中心 (停課：4月5日)	二、五	20:30 - 21:30	GS003	\$50	10
			日	10:00 - 11:30	GS005	\$50	10
		文職人員總會 (停課：4月5、22日)	二、五	20:30 - 21:30	GS006	\$50	10
16+	太極拳	婦聯綜合服務大樓2樓	一、四	9:00 - 10:00	MT001	\$50	10
		婦聯綜合服務大樓 (二)2樓 / (五)地下	二、五	9:00 - 10:00	MT002	\$50	10
		婦聯綜合服務大樓 (三)2樓 / (六)1樓	三、六	9:00 - 10:00	MT003	\$50	10
	排排舞	婦聯綜合服務大樓4樓	一、三	11:00 - 12:00	MD001	\$100	10
			二、四	11:00 - 12:00	MD002	\$100	10
			一、四	15:00 - 16:00	MD003	\$100	10
			一、四	16:00 - 17:00	MD004	\$100	10
	瑜珈		一、三	13:00 - 14:00	MY001	\$100	10
			一、三	14:00 - 15:00	MY002	\$100	10
			二、五	16:00 - 17:00	MY003	\$100	10
	標準舞		二	12:30 - 13:30	MS001	\$50	10
			三	15:00 - 16:00	MS002	\$50	10
			三	16:00 - 17:00	MS003	\$50	10
	塑身健康舞		二	13:30 - 14:30	MC001	\$50	10
			四	13:00 - 14:00	MC002	\$50	10
			四	14:00 - 15:00	MC003	\$50	10
	健康舞		二	14:30 - 15:30	ME001	\$50	10
			四	12:00 - 13:00	ME002	\$50	10

\* 街坊總會社區服務大樓地址：白朗古將軍大馬路

\* 工聯北區綜合服務中心地址：黑沙環廣福安花園

\* 工聯台山社區中心地址：台山李寶椿街

\* 文職人員總會地址：鏡湖大馬路德輝大廈8樓A座

\* 婦聯綜合服務大樓地址：渡船街27號A-B