

費用及每班名額

體操類別	第一級 (L1)		第二級 (L2)		第三級 (L3)		年齡範圍	上課時數
	名額	# 費用	名額	# 費用	名額	# 費用		
競技體操	11 或 22 人	\$ 280 包括學費 \$200 公眾責任保險 \$80	8 或 16 人	\$ 320 包括學費 \$240 公眾責任保險 \$80	8 或 16 人	\$ 400	6 – 12 歲	20 小時
藝術體操	11 或 22 人		8 或 16 人		8 或 16 人	包括學費 \$320	6 – 15 歲	
彈網	14 人		14 人		14 人	公眾責任保險 \$80	6 – 25 歲	
技巧體操	11 或 22 人		8 或 16 人		不適用		6 – 25 歲	
健美體操	11 或 22 人		8 或 16 人				6 – 15 歲	
普及體操 (親子班)	20 人	普及體操不設任何級別 費用：學員及家長各 \$ 230 (包括學費 \$ 150 及公眾責任保險 \$ 80) 每位學童必須由一位成人陪同參與					3 歲或以上	

費用包括學費及公眾責任保險費

如因任何情況下進行退款，公眾責任保險費恕不退還

申請證書注意事項

1. 章別獎勵計劃證書

- 各學員於第八堂或第九堂，由導師替各學員進行考試；
- 合格者可申請本會證書，每套連針章港幣 HK \$ 150 元。

2. 普及體操 (親子班) 出席證書

- 參加者的出席率必須達 80% 方可申請出席證書；
- 每張港幣 HK \$ 35 元。

申請方法：

- 參加者可於課程完結後三星期起到總會申請，為期一年，**逾期不獲補發**；
- 申請者可選擇親臨領取或以郵寄方式領取；
- **如親臨領取**，請將費用寄到「香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1002 室中國香港體操總會收」，支票抬頭書「中國香港體操總會」，**背面請寫上姓名、聯絡電話及課程編號，並註明親臨領取**。待收到本會職員通知後，方可到辦公室領取；
- **如以郵寄方式領取**，請將費用寄到「香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1002 室中國香港體操總會收」，支票抬頭書「中國香港體操總會」，**背面請寫上姓名、聯絡電話及課程編號，並附一個貼上郵費(章別獎勵計劃證書: \$7.9 / 普及體操出席證書: \$5.4) 的 A4 回郵信封**，以供總會職員郵寄；
- 如以郵遞方式領取證書，本會恕不負責投遞的損失。為免郵遞失誤，申請人請在信封面清楚列明郵寄地址；
- 本會收到申請後，會於二至四星期內辦理。

3. 如有任何查詢，請與本會職員聯絡 (電話：2504 8233；電郵：lcsdds@gahk.org.hk)

競 技 體 操 Artistic Gymnastics

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
AG01-2324 L2	2023 4 月- 15,22,29 5 月- 6,13,20,27 6 月- 3,10,17	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	天暉路體育館 活動室	16
AG02-2324 L2	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14,21,28 6 月- 4,11,18	逢星期日 3:00 PM - 5:00 PM	港島東體育館 活動室 (2 號)	16
AG03-2324 L1	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14,21,28 6 月- 4,11,18	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	花園街體育館 活動室 (大)	22
AG05-2324 L1	2023 4 月- 15,22,29 5 月- 6,13,20,27 6 月- 3,10,17	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	士美非路體育館 5/F 舞蹈室	22
AG07-2324 L3	2023 7 月- 2,9,16,23 8 月- 6,13,20,27 9 月- 3,10	逢星期日 5:00 PM - 7:00 PM	順利邨體育館 體操訓練場	16
AG09-2324 L1 14/3/2023 新增	2023 7 月- 8,15,22,29 8 月- 5,12,19,26 9 月- 2,9	逢星期六 12:00 NN - 2:00 PM	蕙荃體育館 活動室 (大)	22
AG11-2324 L1	2023 7 月- 8,15,22,29 8 月- 5,12,19,26 9 月- 2,9	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	天暉路體育館 活動室	22

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。
- 仍有部份課程之上課地點正待康文處確認當中，現時暫停報名。章程將不定時更新而不會預先通知，敬請留意。

藝 術 體 操 Rhythmic Gymnastics

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
RG01-2324 L1	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14,21,28 6 月- 4,11,18	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	北河街體育館 活動室 (大)	22
RG03-2324 L1	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14,21,28 6 月- 4,11,18	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	保安道體育館 活動室 (1 號)	22
RG04-2324 L2	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14,21,28 6 月- 4,11,18	逢星期日 11:00 AM - 1:00 PM	保安道體育館 舞蹈室	16
RG10-2324 L1	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14 6 月- 4,11,18,25 7 月- 2	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	香港單車館 舞蹈室	22
RG07-2324 L3	2023 7 月- 2,9,16,23,30 8 月- 13,20,27 9 月- 3,10	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	北河街體育館 搏擊訓練中心	16
RG08-2324 L1	2023 7 月- 17,19,24,26,31 8 月- 7,9,14,16,21	逢星期一、三 11:00 AM - 1:00 PM	大窩口體育館 活動室 (大)	22
RG09-2324 L1 28/2/2023 新增	2023 7 月- 18,20,25,27 8 月- 1,3,8,10,15,17	逢星期二、四 4:00 PM - 6:00 PM	港灣道體育館 活動室	22

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。
- 仍有部份課程之上課地點正待康文處確認當中，現時暫停報名。章程將不定時更新而不會預先通知，敬請留意。

普 及 體 操 Gymnastics For All

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
GFA01-2324	2023 4月- 15,22,29 5月- 13,20,27 6月- 3,10,17,24	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	楊屋道體育館 活動室 (大)	20
GFA02-2324	2023 4月- 15,22,29 5月- 6,13,20,27 6月- 3,10,17	逢星期六 10:00 AM - 12:00 NN	士美非路體育館 7/F 活動室	20
GFA03-2324	2023 4月- 15,22,29 5月- 6,13,20,27 6月- 3,10,17	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	士美非路體育館 7/F 活動室	20
GFA05-2324	2023 4月- 15,22,29 5月- 6,13,20,27 6月- 3,10,17	逢星期六 12:00 NN - 2:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	20
GFA06-2324 9/3/2023 新增	2023 7月- 8,15,22,29 8月- 5,12,19,26 9月- 2,9	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	楊屋道體育館 活動室 (大)	20
GFA07-2324 18/5/2023 新增	2023 7月- 2,9,16,23,30 8月- 6,13,20,27 9月- 3	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	大角咀體育館 活動室 (大)	20
GFA08-2324 14/3/2023 新增	2023 7月- 8,15,22,29 8月- 5,12,19,26 9月- 2,9	逢星期六 12:00 NN - 2:00 PM	士美非路體育館 7/F 活動室	20
GFA09-2324	2023 7月- 2,9,16,23,30 8月- 13,20,27 9月- 3,10	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	北河街體育館 活動室 (大)	20
GFA10-2324 18/5/2023 新增	2023 7月- 9,16,23,30 8月- 13,20,27 9月- 3,10,17	逢星期日 3:00 PM - 5:00 PM	士美非路體育館 7/F 活動室	20

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。
- 仍有部份課程之上課地點正待康文處確認當中，現時暫停報名。章程將不定時更新而不會預先通知，敬請留意。

彈 網 Trampoline

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
TRA01-2324 L1	2023 4 月- 3,12,14,17,19,21,24,26,28 5 月- 3	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA02-2324 L1	2023 4 月- 4,6,11,13,18,20,25,27 5 月- 2,4	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恒安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA03-2324 L1	2023 5 月- 5,8,10,12,15,17,19,22,24, 29	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA04-2324 L1	2023 5 月- 9,11,16,18,23,25,30, 6 月- 6,8,13	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恒安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA05-2324 L2	2023 5 月- 31 6 月- 2,5,7,9,12,14,16,19,21	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA06-2324 L1	2023 6 月- 23,26,28,30 7 月- 3,5,7,10,12,14	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA07-2324 L2	2023 6 月- 15,20,27,29 7 月- 4,6,11,13,18,20	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恒安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA08-2324 L1	2023 7 月- 17,19,21,24,26,28,31 8 月- 2,4,7	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA09-2324 L1	2023 7 月- 25,27 8 月- 1,3,8,10,15,17,22,24	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恒安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA10-2324 L1	2023 8 月- 9,11,14,16,18,21,23,25, 28,30	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA11-2324 L2	2023 8 月- 29,31 9 月- 5,7,12,14,19,21,26,28	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恒安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA12-2324 L1	2023 9 月- 1,4,6,8,11,13,15,18,20,22	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14
TRA13-2324 L2	2023 9 月- 25,27 10 月- 4,6,9,11,13,16,18,20	逢星期一、三、五 8:00 PM - 10:00 PM	港灣道體育館 7、8 號羽毛球場	14

彈 網 Trampoline

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
TRA15-2324 L1 8/3/2023 新增	2023 5 月- 9,11,16,18,23,25,30, 6 月- 1,6,8	逢星期二、四 7:00 PM – 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 號羽毛球場	14
TRA16-2324 L1 8/3/2023 新增	2023 6 月- 13,15,20,27,29 7 月- 4,6,11,13,18	逢星期二、四 7:00 PM – 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 號羽毛球場	14
TRA17-2324 L1 8/3/2023 新增	2023 7 月- 20,25,27 8 月- 1,3,8,10,15,17,22	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 號羽毛球場	14
TRA18-2324 L2 8/3/2023 新增	2023 8 月- 24,29,31 9 月- 5,7,12,14,19,21,26	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 號羽毛球場	14

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。
- 章程將不定時更新而不會預先通知，敬請留意。

技 巧 體 操 Acrobatic Gymnastics

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
ACRO01-2324 L1	2023 4 月- 16,23,30 5 月- 7,14 6 月- 4,11,18,25, 7 月- 2	逢星期日 10:00 AM - 12:00 NN	香港單車館 舞蹈室	22
ACRO02-2324 L1 25/5/2023 新增	2023 7 月- 8,15,22,29 8 月- 5,12,19,26 9 月- 2,9	逢星期六 8:00 AM - 10:00 AM	屏山天水圍體育館 活動室 (大)	11

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。
- 仍有部份課程之上課地點正待康文處確認當中，現時暫停報名。章程將不定時更新而不會預先通知，敬請留意。

健 美 體 操 Aerobic Gymnastics

課程編號	日 期	時 間	地 點	名額
AER01-2324 L1	2023 4 月- 15,22,29 5 月- 6,13,20,27 6 月- 3,10,17	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	港島東體育館 活動室 (2 號)	22
AER02-2324 L1	2023 7 月- 10,12,17,19,24,26,31 8 月- 2,7,9	逢星期一、三 2:00 PM - 4:00 PM	北河街體育館 活動室	22

註：

- 康文署轄下的體育館有機會用作防疫用途而隨時被徵用，課程之上課日期及地點有機會更改。如有最新消息，本會將以電郵通知參加者，並於網站公布。