

## 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 包括學費 \$320 公眾責任保險 \$80	6 – 12 歲	20 小時
藝術體操	11 或 22 人		8 或 16 人		8 或 16 人		6 – 15 歲	
彈網	14 人		14 人		14 人		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		
跑酷	11 或 22 人		不適用			6 – 25 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					

# 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；
- 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
AG12-2324 L2	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	士美非路體育館 活動室	16
AG14-2324 L1	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 10:00 AM - 12:00 NN	大埔體育館 舞蹈室	22
AG15-2324 L1	2023 9月- 17,24, 10月- 8,15,22,29 11月- 5,12,19,26	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	港島東體育館 舞蹈室 (1 號)	22
AG16-2324 L2	2023 9月- 17,24, 10月- 8,15,22,29 11月- 5,12,19,26	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	楊屋道體育館 活動室 (大)	16
AG17-2324 L3	2023 9月- 17,24, 10月- 8,15,22,29 11月- 5,12,19,26	逢星期日 5:00 PM - 7:00 PM	順利邨體育館 體操訓練場	16
AG18-2324 L1 15/8/2023 新增	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24 3月- 2,9,16	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	車公廟體育館 舞蹈室 (1 號)	22
AG21-2324 L2 15/8/2023 新增	2024 1月- 7,14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17	逢星期日 12:00NN – 2:00 PM	楊屋道體育館 活動室 (1 號)	16
AG22-2324 L1 27/9/2023 新增	2024 1月- 7,14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	保安道體育館 舞蹈室(大)	22

- 已編排的課程有機會因任何外在因素而**取消或更改名額**。
- **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。

## 藝術體操 Rhythmic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
RG11-2324 L1	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 10:00 AM - 12:00 NN	順利邨體育館 舞蹈室	22
RG12-2324 L2	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	石硤尾公園體育館 多用途活動室	16
RG14-2324 L1	2023 9月- 16 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25 12月- 2	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	楊屋道體育館 活動室 (大)	22
RG15-2324 L2	2023 12月- 3,10,17 2024 1月- 14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 3	逢星期日 3:00 PM - 5:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	16
RG16-2324 L2 15/8/2023 新增	2024 1月 - 7,14,21,28 2月 - 4,18,25 3月 - 3,10,17	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	蕙荃體育館 活動室 (大)	16
RG20-2324 L1 27/9/2023 新增	2024 1月- 7,14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	士美非路體育館 舞蹈室	22
RG21-2324 L3 2/11/2023 新增	2024 1月- 7,14,28 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17,24	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	荃灣體育館 活動室	16

- 已編排的課程有機會因任何外在因素而**取消或更改名額**。
- **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。

## 普及體操 Gymnastics For All

課程編號	日期	時間	地點	名額
GFA12-2324	2023 9月- 17,24 10月- 8,15,22,29 11月- 5,12,19,26	逢星期日 3:00 PM-5:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	20
GFA13-2324	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	士美非路體育館 舞蹈室	20
GFA14-2324	2023 9月- 16,23 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25	逢星期六 12:00 NN - 2:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	20
GFA15-2324	2024 1月- 7,14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 17,24,31	逢星期日 10:00 AM - 12:00 NN	順利邨體育館 舞蹈室	20
GFA17-2324 27/9/2023 新增	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24, 3月- 2,9,16	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	士美非路體育館 活動室	20
GFA18-2324 23/8/2023 新增	2024 1月- 7,14,21,28 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17	逢星期日 10:00 AM - 12:00 NN	大窩口體育館 活動室	20
GFA19-2324 2/11/2023 新增	2024 1月- 7,14,21 2月- 4,18,25 3月- 3,10,17,24	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	深水埗體育館 活動室	20
GFA20-2324 2/11/2023 新增	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24, 3月- 2,9,16	逢星期六 4:00 PM - 6:00 PM	花園街體育館 活動室(大)	20

- 已編排的課程有機會因任何外在因素而取消或更改名額。
- 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。

## 彈 網 Trampoline

課程編號	日期	時間	地點	名額
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
TRA19-2324 L1	2023 10月- 27,30 11月- 1,3,6,8,10,13,15,17	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
TRA20-2324 L1	2023 10月- 10,12,17,19,24,26,31 11月- 2,7,9	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4號羽毛球場	14
TRA21-2324 L2	2023 11月- 20,22,24,27,29 12月- 1,4,6,8,11	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
TRA23-2324 L3	2024 1月- 8,10,12,15,17,19,22,24,26,29	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
TRA26-2324 L1	2024 1月- 31 2月 2,5,19,21,23,26,28 3月 1,4	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
TRA24-2324 L2	2024 1月- 9,11,16,18,23,25,30 2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
TRA25-2324 L3	2024 2月- 20,22,27,29 3月 5,7,12,14,19,21	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4號羽毛球場	14
TRA02-2324 L1	2024 2月- 20,22,27,29 3月- 5,7,12,14,19,21	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

- 已編排的課程有機會因任何外在因素而**取消或更改名額**。
- **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。

## 跑酷 Parkour

課程編號	日期	時間	地點	名額
PK01-2324	2023 12月- 2,9,16	逢星期六	石硤尾公園體育館	22
L1	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24	1:00 PM-3:00 PM	舞蹈室	

## 技巧體操 Acrobatic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
ACRO03-2324	2023 10月- 7,14,21,28 11月- 4,11,18,25 12月- 2,9	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	香港單車館 舞蹈室	22
ACRO04-2324	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24 3月- 1,2,9,23,30	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	16
L2	27/9/2023 修定			

## 健美體操 Aerobic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
AER04-2324	2023 9月- 17,24, 10月- 8,15,22,29 11月- 5,12,19,26	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	大角咀體育館 活動室	16
AER05-2324	2024 1月- 6,13,20,27 2月- 3,17,24 3月- 2,9,16	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	荔枝角公園體育館 舞蹈室	22
L1	15/8/2023 新增			

註：

- 已編排的課程有機會因任何外在因素而取消或更改名額。
- 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。