

## 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		8 或 16 人			6-25 歲		
普及體操 (親子班)	20 人 (學員:10 人) (家長: 10 人)		普及體操不設任何級別 費用：學員及家長各 \$ 230, 合共\$460 (包括學費 \$ 150 及公眾責任保險 \$ 80 ) 每位學員必須由一位成人陪同參與				3-75 歲	

# 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**，請將費用寄至「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「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**，請將費用寄至「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「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
AG03-2425 L1	2024 4月- 7,14,21,28 5月- 5,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 2:00 PM - 4:00 PM	官涌體育館 活動室(大)	22
AG04-2425 L2	2024 4月- 6,13,20,27 5月- 4,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	士美非路體育館 活動室	16
AG05-2425 L1	2024 4月- 6,13,20,27 5月- 4,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 3:00 PM - 5:00 PM	港島東體育館 舞蹈室	22
AG06-2425 L2	2024 6月- 22,29 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	官涌體育館 活動室(大)	16
AG08-2425 L1	2024 6月- 29 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31	逢星期六 4:00 PM - 6:00 PM	圓洲角體育館 多用途活動室 B	22
AG12-2425 L1	2024 6月- 23,30 7月- 7,14,21,28 8月- 4,11,18,25	逢星期日 12:00 PM - 2:00 PM	士美非路體育館 舞蹈室	22

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。

## 藝術體操 Rhythmic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
RG01-2425 L1	2024 4月- 6,13,20,27 5月- 4,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 12:00 PM – 2:00 PM	北河街體育館 活動室(大)	22
RG03-2425 L1 14/3/2024 新增	2024 4月- 14,21,28 5月- 5,12,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 3:00 PM – 5:00 PM	士美非路體育館 活動室(大)	22
RG06-2425 L1	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 1:00 PM – 3:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	22
RG07-2425 L1 14/3/2024 新增	2024 7月- 7,14,21,28 8月- 4,11,18,25 9月- 1,8	逢星期日 11:00 AM – 1:00 PM	士美非路體育館 活動室(大)	22
RG09-2425 L2	2024 7月- 16,18,23,25,30 8月- 1,6,8,13,15	逢星期二、四 1:00 PM – 3:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	16
RG13-2425 L2	2024 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31 9月- 7	逢星期六 2:00 PM – 4:00 PM	港灣道體育館 舞蹈室(大)	16

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。

## 普及體操 Gymnastics For All

課程編號	日期	時間	地點	名額
GFA01-2425	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室 多用途活動室	20
GFA04-2425	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 11:00 AM - 1:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	20
GFA05-2425	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	大窩口體育館 多用途活動室	20
GFA07-2425	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 3:00 PM - 5:00 PM	石硤尾公園體育館 多用途活動室	20
GFA09-2425	2024 6月- 29 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31	逢星期六 1:00 PM - 3:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	20
GFA11-2425 14/3/2024 新增	2024 7月- 13,20,27 8月- 3,10,17,24,31 9月- 7,14	逢星期六 3:00 PM - 5:00 PM	士美非路體育館 活動室(大)	20
GFA13-2425	2024 6月- 29 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31	逢星期六 4:00 PM - 6:00 PM	保安道體育館 舞蹈室	20

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。

## 彈 網 Trampoline

課程編號	日期	時間	地點	名額
TRA01-2425 L1	2024 4月- 3,5,8,10,12,15,17,19 22,24	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
TRA02-2425 L1	2024 4月- 11,16,18,23,25,30 5月- 2,7,14,16	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恆安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA03-2425 L1	2024 4月- 11,16,18,23,25,30 5月- 2,7,14,16	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 羽毛球場	14
TRA04-2425 L2	2024 5月- 3,6,8,17,20,22,24,27,29, 31	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
TRA06-2425 L2	2024 5月- 21,23,28,30 6月- 11,13,18,20,25,27	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 羽毛球場	14
TRA05-2425 L2	2024 5月- 21,23,28,30 6月- 11,13,18,20,25,27	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恆安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA07-2425 L1	2024 6月- 3,5,7,12,14,17,19,21,24, 26	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
TRA08-2425 L1	2024 7月- 2,4,9,11,16,18,23,25,30 8月- 1	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恆安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA09-2425 L1	2024 7月- 2,4,9,11,16,18,23,25,30 8月- 1	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 羽毛球場	14
TRA10-2425 L2	2024 7月- 3,5,8,10,12,15,17,19,22, 24	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
TRA11-2425 L3	2024 8月- 6,8,13,15,20,22,27,29 9月- 3,5	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	恆安體育館 籃球場 (註：不設空調)	14
TRA12-2425 L3	2024 8月- 6,8,13,15,20,22,27,29 9月- 3,5	逢星期二、四 7:00 PM - 9:00 PM	蕙荃體育館 1-4 羽毛球場	14
TRA13-2425 L3	2024 8月- 2,5,7,9,12,14,16,19,21, 23	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

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。

## 跑酷 Parkour

課程編號	日期	時間	地點	名額
PK01-2425 L1	2024 4月- 13,20,27 5月- 4,11,18,25 6月- 1,8,15	逢星期六 3:00 PM - 5:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	22
PK02-2425 L1	2024 4月- 14,21,28 5月- 5,12,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 2:00 PM - 4:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	22
PK03-2425 L2	2024 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31 9月- 7	逢星期六 3:00 PM - 5:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	16
PK04-2425 L2	2024 7月- 7,14,21,28 8月- 11,18,25 9月- 1,8,15	逢星期日 2:00 PM - 4:00 PM	石硤尾公園體育館 舞蹈室	16

## 技巧體操 Acrobatic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
ACRO01-2425 L2	2024 4月- 14,21,28 5月- 5,12,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 12:00 NN - 2:00 PM	香港單車館 舞蹈室	16
ACRO02-2425 L1	2024 4月- 14,21,28 5月- 5,12,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	22
ACRO04-2425 L2	2024 7月- 7,14,21,28 8月- 11,18,25 9月- 1,8,15	逢星期日 1:00 PM - 3:00 PM	順利邨體育館 舞蹈室	16

## 健美體操 Aerobic Gymnastics

課程編號	日期	時間	地點	名額
AER02-2425 L1	2024 4月- 14,21,28 5月- 5,12,19,26 6月- 2,9,16	逢星期日 2:00 PM - 4:00 PM	荔枝角公園體育館 舞蹈室	22
AER03-2425 L2	2024 7月- 6,13,20,27 8月- 3,10,17,24,31 9月- 7	逢星期六 2:00 PM - 4:00 PM	荔枝角公園體育館 舞蹈室	16

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。