



教學內容：拳法、腳法、自衛術、搏擊技巧。
適度進行體能訓練，亦提供理論教學，**全面**增強學員體質與技術!!

上課地點：三樓舞蹈館
堂數：按月
名額：50人

| 編號 | 星期 | 時間 | 費用 | 參加資格 | 停課日期 |
|-------|--------|----------------------------|-------|----------------|------|
| TAEA | 六 | 晚上6:30-8:00 | \$260 | 10歲或以上會員 | 1/7 |
| TAEB | 三 六 | 晚上7:30-9:00 晚上8:00-9:30 | \$420 | 16歲或以上會員 | 1/7 |
| TAEC | 日 | 上午9:30-11:00 | \$280 | 6-14歲會員 | - |
| TAED | 六 | 下午4:30-5:30 | \$260 | 6-14歲、綠帶至藍帶會員 | 1/7 |
| TAE E | 六 | 下午5:30-6:30 | \$260 | 6-14歲、藍紅帶至黑帶會員 | 1/7 |
| *TAEG | 四 | 下午5:30-6:30 | \$250 | 4-8歲會員 | - |
| TAEH | 六 | 下午3:30-4:30 | \$250 | 5歲或以上、白帶至黃綠帶會員 | 1/7 |
| *TAEI | 三 | 下午5:00-6:15 | \$255 | 4-8歲會員 | - |
| TAEJ | 三 | 晚上6:15-7:30 | \$255 | 7歲或以上會員 | - |
| TAET | 日 | 下午4:45-6:45 | \$175 | 精英級須經導師推薦 | - |
| TAEV | 五 | 晚上8:15-10:15 | \$175 | 精英級須經導師推薦 | - |

備註：公眾假期停課 (1/7 香港特區成立紀念日)

* TAEG、TAEI 學員可穿運動服裝上課，暫時無須購買道袍



兒童跆拳道班

| 編號 | 星期 | 日期 | 時間 | 費用 | 堂數 | 名額 | 參加資格 | 上課地點 |
|-------|-----|-----------|-------------|-------|----|-----|---------|-------|
| TAEK | 一、四 | 17/7-7/8 | 下午3:00-4:00 | \$420 | 7堂 | 25人 | 4-11歲會員 | 四樓舞蹈室 |
| TAE L | 一、四 | 10/8-31/8 | 下午3:00-4:00 | \$420 | 7堂 | 25人 | 4-11歲會員 | 四樓舞蹈室 |



國際跆拳道香港總會

總館長：

胡樹椿師範·世界黑帶八段師範

〈胡氏跆拳道加拿大總會館長〉

館長：

胡樹強師範·黑帶八段師範

〈1994-2003年香港跆拳道代表隊總教練及
香港跆拳道協會訓練主委〉

總教練：

林木業師範·黑帶七段師範

〈1999-2003年香港隊教練〉



訓練班
興趣班

武術/太極

WUSHU / TAI CHI

俊彥武術(太極)學會 合辦

兒童武術

名額：30人
上課地點：四樓舞蹈館
教學內容：基礎馬步、南拳、長拳武器運用(只限資深學員)
學習目標：定期考取更高章別，參與公開表演、比賽



小組學習
教學更細緻 學習更專注

| 編號 | 星期 | 時間 | 費用 | 參加資格 |
|------|----|-------------|------------|---------|
| #WUA | 六 | 晚上6:30-8:00 | \$355 / 4堂 | 4-12歲會員 |
| WUD | 五 | 下午5:00-6:30 | \$355 / 4堂 | 4-12歲會員 |
| #WUE | 六 | 晚上6:30-8:30 | \$405 / 4堂 | 導師推薦班 |

備註：第五個星期停課：29/9(五)及30/9(六)。
1/7(六)WUA及WUE班停課，29/7(六)補課。



| 編號 | 星期 | 日期 | 時間 | 費用 | 堂數 | 名額 | 參加資格 | 上課地點 |
|-----|----|-----------|--------------|-------|----|-----|---------|-------|
| WUG | 四 | 20/7-31/8 | 上午11:30-1:00 | \$520 | 7堂 | 25人 | 4-11歲會員 | 四樓舞蹈館 |

太極

教學內容：楊式太極拳及劍、八段錦、太極氣功有助強壯筋骨、調和血氣及鬆弛神經。
參加資格：16歲或以上會員

楊式太極
每月
4堂

| 課程 | 編號 | 星期 | 時間 | 費用 | 名額 | 上課地點 |
|----------|------|----|--------------|-------|-----|-------|
| 陳式太極劍 | *TCA | 六 | 晚上8:30-9:45 | \$280 | 20人 | 四樓舞蹈館 |
| 太極拳 | TCB | 二 | 晚上7:00-8:30 | \$280 | 15人 | 四樓舞蹈館 |
| 太極拳 | TCC | 四 | 上午9:00-10:30 | \$280 | 6人 | 四樓舞蹈館 |
| 太極拳 | TCD | 二 | 上午9:00-10:30 | \$280 | 5人 | 四樓舞蹈館 |
| 太極氣功、太極拳 | TCF | 三 | 晚上8:30-9:45 | \$280 | 15人 | 四樓舞蹈館 |
| 陳式太極拳 | TCG | 四 | 晚上7:30-8:30 | \$280 | 15人 | 三樓舞蹈館 |



備註：第五個星期停課：29/8(二)，30/8(三)，31/8(四)及30/9(六)。
* TCA 需自備太極劍；1/7(六)TCA停課，29/7(六)補課。

套票優惠
8堂

| 套票 | 編號 | 時間 | 費用 |
|------|------|------------------|-------|
| 早上套票 | TC8A | 指定月內 C / D 班 | \$420 |
| 晚上套票 | TC8P | 指定月內 B / F / G 班 | \$420 |

憑票上課
不得轉讓

備註：第五個星期停課

八段錦
及廿四式太極拳
(每期8堂)

| 編號 | 日期 | 星期 | 時間 | 費用 | 名額 | 上課地點 | 停課日期 |
|------|----------|----|---------------|-------|-----|-------|------|
| TC05 | 3/8-28/9 | 四 | 上午10:30-11:30 | \$400 | 20人 | 四樓舞蹈館 | 31/8 |

氣功
及廿四式太極拳
(每期8堂)

| 編號 | 日期 | 星期 | 時間 | 費用 | 名額 | 上課地點 | 停課日期 |
|------|----------|----|---------------|-------|-----|-------|------|
| TC06 | 1/8-26/9 | 二 | 上午10:30-11:30 | \$400 | 30人 | 四樓舞蹈館 | 29/8 |