

星期一 星期二 星期三 星期四 星期五 星期六 星期日

7堂	8堂	9堂	9堂	9堂	9堂	9堂
10:00-11:00	09:30-10:30	10:30-11:30	09:30-10:30		09:00-10:30	09:00-10:00
綜合雕塑有氧 EWA老師 1,400元	快樂瑜珈 張梅華老師 2,000元	正念瑜珈 Angela老師 1,800元	活力有氧與核心肌力 周俊元老師 1,600元 <small>(5月2日停課)</small>		現代瑜珈 陳艷芳老師 2,250元	基礎伸展瑜珈 Amy Lee老師 1,800元
11:00-12:00	11:00-12:00	13:30-14:00	10:30-11:30	11:00-12:00	10:30-12:00	10:10-11:10
體態雕塑墊上核心 EWA老師 1,400元	ZUMBA 有氧 Ray Peng老師 1,600元	頌鉢瑜珈 Angela老師 1,800元	綜合雕塑有氧 EWA老師 1,800元	強力皮拉提斯 Jin老師 1,800元	現代瑜珈 陳艷芳老師 2,250元	哈達瑜珈 Amy Lee老師 1,800元
13:30-15:00			12:20-13:20	14:00-15:30	14:00-15:30	15:00-16:30
養生瑜珈 賴秀炫老師 1,750元			現代瑜珈 陳艷芳老師 2,250元	健康養生瑜珈 賴秀炫老師 2,000元 <small>(5月3日停課)</small>	體適能瑜珈 賴秀炫老師 2,000元 <small>(5月4日停課)</small>	兒童基礎舞蹈 Doris老師 2,250元
15:00-16:30	16:55-18:25	17:25-18:25	14:00-15:30	17:20-18:50	17:00-18:30	
肌力訓練皮拉提斯 賴秀炫老師 1,750元	現代瑜珈 陳艷芳老師 2,000元	樂活瑜珈 陳威銘老師 1,800元	現代瑜珈 陳艷芳老師 2,250元	中國成人舞蹈 Doris老師 2,250元	肢體遊樂場 Sherry老師 2,000元	
	18:30-20:00	18:30-19:30	18:20-19:20			
	現代瑜珈 陳艷芳老師 2,000元	iPARTY 陳威銘老師 1,800元	iWALK 愛健走 Ada老師 1,800元			
20:00-21:30	20:00-21:30	19:30-20:30	19:30-20:30	20:00-21:30		
身心靈養身瑜珈 賴秀炫老師 1,750元	現代瑜珈 陳艷芳老師 2,000元	爆汗塑身有氧 Ruby老師 1,800元	iPARTY 愛派對 Ada老師 1,800元	伸展雕塑瑜珈提斯 賴秀炫老師 2,000元 <small>(5月3日停課)</small>		
		20:30-21:30	20:30-21:30			
		派對有氧 Ruby老師 1,800元	拳擊有氧 周俊元老師 1,600元 <small>(5月2日停課)</small>			

113年5、6月課程訊息
本期國定假日停課日為下：
6/10 (一) 端午節

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
7堂	8堂	8堂	9堂	9堂	9堂	9堂
10:00-11:00	10:00-11:00					
TRX懸吊 Ben老師 🔥🔥 2,450元	TRX懸吊 Maggie老師 🔥🔥 2,800元					
11:00-12:00	11:00-12:00			11:00-12:00	11:00-12:00	14:00-15:00
TRX懸吊 Ben老師 🔥🔥 2,450元	TRX懸吊 Maggie老師 🔥🔥 2,800元			TRX懸吊 Ben老師 🔥🔥 3,150元	潮!mv舞蹈 CC老師 🔥 2,250元	潮!mv舞蹈 CC老師 🔥 2,250元
18:30-19:30						16:00-17:00
TRX團體班 Ben老師 🔥🔥 2,450元						潮!MV舞蹈 Sherry老師 🔥 2,250元
19:30-21:00	18:30-19:30	18:50-20:20		18:30-19:30	17:00-18:00	
雙人國際標準舞 Robert老師 🔥🔥 1,750元	TRX團體班 Ben老師 🔥🔥 2,800元	繽紛寶來塢肚皮舞 Amy老師 🔥 2,000元 <small>(5月1日停課)</small>		TRX團體班 Ben老師 🔥🔥 3,150元	成人美姿芭蕾 CC老師 🔥 1,800元	
21:00-22:00				19:30-20:30	18:00-19:00	
TRX懸吊 Ben老師 🔥🔥 2,450元				Zumba有氧 Judy老師 🔥 1,800元	TRX懸吊 Casey老師 🔥🔥 3,150元	

泳池維修期間使用
4/15 (一) - 5/15 (三)

星期二 星期三 星期四 星期五 星期六 星期日

6堂	6堂	7堂	7堂	7堂	7堂
19:30-20:20		19:30-20:20		19:30-20:20	
水中有氧 小錡老師 🔥🔥 1,650元		水中有氧 小錡老師 🔥🔥 1,925元		水中有氧 踢娜老師 🔥🔥 1,925元	

🔥 初階 🔥🔥 中階 🔥🔥🔥 高階

113年5、6月課程訊息
本期國定假日停課日為下：
6/10 (一) 端午節

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
5堂	6堂	6堂	7堂	7堂	7堂	7堂
<div style="background-color: red; color: white; padding: 5px;"> 泳池歲修關閉使用 4/15 (一) - 5/15 (三) </div>						
18:20-19:20	18:20-19:20	18:20-19:20	18:20-19:20	18:20-19:20		
幼兒游泳 陳焯輝 老師  2,000元	兒童游泳 陳焯輝 老師  2,400元	兒童游泳 陳焯輝 老師  2,400元	幼兒游泳 陳焯輝 老師  2,800元	兒童游泳 陳焯輝 老師  2,800元		
19:30-20:30	19:30-20:20	19:30-20:30	19:30-20:20	19:30-20:30	19:30-20:30	
成人游泳 陳焯輝 老師  2,000元	水中有氧 小綺 老師  1,650元	成人游泳 陳焯輝 老師  2,400元	水中有氧 小綺 老師  1,925元	成人游泳 陳焯輝 老師  2,800元	水中有氧 踢娜 老師  1,925元	

另可規劃一對一個別指導課程

幼兒游泳

3人開班
5人滿班

其他課程

4人開班
8人滿班

5~6月停課時間

113年5、6月課程訊息
本期國定假日停課日為下：
6/10 (一) 端午節

泳池歲修關閉使用
4/15 (一) - 5/15 (三)

課程相關辦法

延課

達天災(如颱風、地震、豪雨等,依台北市政府停班停課與否,如遇停課課程由本中心公告替代方案)或是場地活動則暫停一次。國定假日依教練需求開課或停課。不可抗力因素,因疫情影響。導致課程無法開始即延課,本中心將該課程向後順延。

插班

插班可選擇開課後的課程,插班日期依照本後中心提供為主。

請假

- 1、請假需來電至本中心櫃檯辦理登記請假,一期最多請假兩堂,並只能使用補課方式補償。
- 2、如因兵役、重大傷病、妊娠、調職致無法上課者,請附相關證明文件。
- 3、無故缺課者,視同當節出席乙次,不予補課及退費。

*相關文件:醫生證明(疾病請持公立醫院證明含記載源由及時間,重大疾病範圍請參照『中央健康保險局』最新公告辦理。)、因公出差等等相關證明。

補課

若已事先辦理完成請假登記者須於**當期課程時限內**完成補課,並在欲補之課堂上課前一日告知櫃台登記

- 1、補課僅限相同類型之課程(EX.瑜珈、有氧、舞蹈、TRX課程)不得跨越類別補課,如課程單價不同者須補足差價使得補課,選擇單價較低者不予退費,補課課程費用以單堂原價計算。
- 2、已預約補課時間,卻未完成補課,課程一律視同放棄,不得要求任何賠償。
- 3、剩餘課程補課須於期限內完成,未完成課程一律視同放棄,不得要求任何賠償。
- 4、各項課程補課方式依照內容不盡相同,本中心有調整及修改之權力。
- 5、個人因素請假者,恕不受理額外補課。

退費

退費辦法依體育署

- 1、開課前憑收據全額退費,退費方式:

- 一、現金繳費:持發票或收據到現場辦理
- 二、刷卡繳費:攜帶原信用卡、簽單及發票到現場辦理

- 2、開課後,未逾期達三堂者,退還扣除已上上課費用原價費用及手續費20%,逾期全期超過三堂課者,最多退費三堂課。
- 3、如因兵役、重大傷病、妊娠、調職致無法上課者,請附相關證明文件(疾病請持公立醫院證明含記載源由及時間。)退還該堂課程全額學費。重大疾病範圍請參照『中央健康保險局』最新公告辦理。
- 4、申請退費需由本人親自辦理,如無法親自辦理請受託人攜帶委託書及相關文件辦理。
- 5、收據、發票、上課證遺失恕無法辦理退費手續。
- 6、個人因素事請假者。恕不受理額外退費。

*本需知自公佈日起實施,本公司秉持誠信原則,並保留說明及修改之權力,不得有任何異議。