



杏花邨俱樂部

Heng Fa Chuen Club

兒童體操班

- 簡介：本課程歡迎 3-15 歲的兒童參加，導師根據各學員的年齡程度編入不同的組別。學員每年將會進行「英國業餘體操協會」章別測驗，合格者可獲證書及獎章。
- 目的：令小朋友身心得以均衡發展，動作靈活，體態健美，並可培養兒童的自律性、自信心和合作精神。
- 日期：14.12.2009 - 08.02.2010 (逢星期一)
- 時間：初班 - 3-6 歲(CG259) : 5:30 p.m. - 6:30 p.m.
 初班 - 3-6 歲(CG260) : 6:30 p.m. - 7:30 p.m.
 初班 - 7-15 歲(CG261) : 7:30 p.m. - 8:30 p.m.
 高班(由教練挑選) : 8:30 p.m. - 9:00 p.m.
- 日期：25.11.2009 - 13.01.2010 (逢星期三)
- 時間：初班 - 3-6 歲(CG257) : 6:30 p.m. - 7:30 p.m.
 中班 - 3-6 歲(CG258) : 7:30 p.m. - 8:30 p.m.
 高班(由教練挑選) : 8:30 p.m. - 9:00 p.m.
- 地點：多用途舞蹈室 (東翼商場頂樓)
- 內容：基本體操動作，如：平行力、跳步、一字碼、前滾翻、拱橋、彈網和體能活動。
- 年齡：3 - 15 歲 / 名額：4 至 22 人
- 堂數：共 八 堂
- 費用：會員：\$880 / 半小時：\$320 ~ 非會員：\$980 / 半小時：\$320
- 導師：'體育先鋒' 專業體操教練
- 報名：會員請攜同會員證 (非會員住戶請攜同管理費單) 往俱樂部報名及繳費。
- 查詢：2896 0638
- 備註：制服可向教練購買或可穿 T-shirt 及貼身褲上課。
 8 號風球及黑雨警告將會停課 (不作補課)。



Children Gymnastics Class

- Date : 14.12.2009 - 08.02.2010 (Every Monday)
- Time : Elementary Class (CG259) : 5:30 p.m. - 6:30 p.m.
 Elementary Class (CG260) : 6:30 p.m. - 7:30 p.m.
 Intermediate Class(CG261) : 7:30 p.m. - 8:30 p.m.
 Advanced Class : 8:30 p.m. - 9:00 p.m.
- Date : 30.09.2009 - 18.11.2009 (Every Wednesday)
- Time : Elementary Class (CG252) : 6:30 p.m. - 7:30 p.m.
 Intermediate Class(CG253) : 7:30 p.m. - 8:30 p.m.
 Advanced Class : 8:30 p.m. - 9:00 p.m.
- Venue : Multi - purpose Dancing Room (East Commercial Block Roof Floor)
- Content : The basics, such as body balance, coordination, flight and flexibility are taught through a program of fun related skills and games.
- Age : 3 - 15 years old / Quota : 4 - 22
- No. of Lessons : 8
- Course Fee : Member: \$880 / Half Hour: \$320 ~ Non-member:\$980 / Half Hour: \$320
- Instructor : 'Sportscene' Professional Gymnastics Coach
- Enrollment : Members please bring along with the membership card and non-member residents please bring along with the management fee demand note to enroll at the Club House counter.
- Enquiry : 2896 0638