

# 舞蹈 (成人) Dance (Adult)

**NEW 動感流行舞蹈班**  網上報名 Register Online

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

以爵士舞為基礎配以流行歌曲，適合任何人士參加。

課程編號 Course Code	對象 Target	導師/教練 Tutor/Coach	日期(除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.07T.24001(體驗班)	18歲或以上	Magic Sir	8/4	—	1500-1615	2/F 舞蹈室	1	\$10	28
4904.07M.24301			22/4 - 17/6 (10/6)	Mon			8	\$600	24

**Funky Dance**  網上報名 Register Online

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

流行音樂配合多元化的舞蹈動作，有助加速排汗，改善身體柔軟度，舒緩壓力。

課程編號 Course Code	對象 Target	導師/教練 Tutor/Coach	日期(除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.08F.24601	18歲或以上女會友	何亭姿 Gigi	4/5 - 22/6	六 Sat	1000 - 1100	2/F 舞蹈室	8	\$600	24

**拉丁排排舞 Latin Line Dance**

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

拉丁排排舞是將基本拉丁舞步如查查、牛仔、倫巴、森巴及莎莎等舞蹈動作混合起來，無需舞伴，有助燃燒脂肪及保持良好心肺功能。此課程暫不設初班。

Latin Line Dance is a group dance in which step sequence of Cha Cha, Jive, Rumba, Samba and Salsa are included. It helps to burn fat and strengthens cardiorespiratory functioning. This class is suitable for the intermediate level of participants.

❗ 「\*」課程設有舊生優先報名安排(只限同一參加者及同時段課程)，歡迎新參加者查詢

課程編號 Course Code	級別/班別 Level/Class	對象 Target	導師/教練 Tutor/Coach	日期(除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
*4904.31C.24101	中 班 Intermediate	18歲或以上及有排排舞舞蹈基礎	彭玉玲 Cynthia	13/5 - 15/7(10/6, 1/7)	— Mon	1145 - 1300	2/F 舞蹈室	8	\$630	28
*4904.31C.24121					— Mon	1815 - 1930				
*4904.31C.24701				日 Sun	1215 - 1330					
*4904.31C.24702				日 Sun	1215 - 1330					
*4904.31C.24601	中高班 Advanced	已完成中 班		20/4 - 8/6	六 Sat	1130 - 1245				

**西方排排舞 Western Line Dance**

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

排排舞屬於西方舞的一種，舞步混合拉丁舞、爵士舞及社交舞，排成一行一行跳著相同的舞步，無需舞伴。

Line dance is a form of western dance with a taste of Latin dance, jazz and social dance. Dancers dance in group, with no specific partner. It is choreographed with a repeated sequence of steps in which dancers dance in one or more rows.

❗ 「\*」課程設有舊生優先報名安排(只限同一參加者及同時段課程)，歡迎新參加者查詢

課程編號 Course Code	級別/班別 Level/Class	對象 Target	導師/教練 Tutor/Coach	日期(除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
*4904.32C.24301	中高班 Advanced	已完成中 班	彭玉玲 Cynthia	22/5 - 10/7	三 Wed	1945 - 2100	2/F 舞蹈室	8	\$630	28
*4904.32C.24501	中 班 Intermediate	18歲或以上及有排排舞舞蹈基礎		3/5 - 21/6	五 Fri	1830 - 1945				

**集體排排舞 Line Dance**  網上報名 Register Online

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

排排舞是一種集體舞蹈，無需舞伴，簡單易學，輕快的舞步有助舒緩壓力，適合任何人士參加。Line dance is a form of western dance with a taste of folk dance, jazz and social dance. It is choreographed with a repeated sequence of steps in which dancers dance in one or more rows. This class is suitable for all levels.

課程編號 Course Code	對象 Target	導師/教練 Tutor/Coach	日期(除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.32P.24201	18歲或以上	蕭漢冰 Bertha	26/3-14/5	—	1115 - 1230	3/F Studio B	8	\$600	24
4904.32P.24202			21/5-9/7	Tue					

## 中國舞(成人) (Adult) Oriental Dance

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

### 中國古典舞成品班 (星期一)

成品舞是已經編排成型且完整的舞蹈，是基本功的綜合運用加上舞感的訓練提升，有開始、高潮和結尾，能夠使學員各方面技術得到鞏固及提升。

### 中國舞綜合身韻舞姿練習班 (星期三)

中國古典舞是結合芭蕾的訓練體系，融合戲曲武術的手眼身法步等技術、技巧，具有獨具一格的民族特性，且表演時與其它舞種中的技術、風格有著很大的不同。

### 中國民間民族舞班 (星期五)

民族民間舞是載歌載舞，自由活潑。中國民間舞蹈很主要的一個特點，就是舞蹈與歌唱的緊密結合。這種載歌載舞的形式自由、生動、活潑，巧用道具如扇子、手帕、長綢、手鼓、單鼓、花棍、花燈、花傘等等，技藝結合，使得舞蹈動作更加豐富優美、絢麗多姿。

❗ 「\*」設舊生報名安排 (只限同一參加者及同時段課程)，歡迎新參加者查詢

課程編號 Course Code	級別 / 班別 Level/Class	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.06A.24101	中國古典舞成品班	18歲或以上及有舞蹈基礎	黎燕芬	29/4 - 24/6 (10/6)	一 Mon	1130 - 1300	3/F Studio B	8	\$670	28
*4904.06A.24301	中國舞綜合身韻舞 姿練習班			3/4 - 5/6 (1/5, 15/5)	三 Wed	1345 - 1515	2/F 舞蹈室			
*4904.06A.24371	中國舞劍					1545 - 1715				
4904.06A.24501	中國民間民族舞班			10/5 - 28/6	五 Fri	1130 - 1300	3/F Studio B			

## 綜合舞蹈班

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

適合對舞蹈有興趣的人士參加，一種輕鬆簡單的步法、無需舞伴的健康舒壓運動。(基礎班)由認識 cha cha 步、Jazz box、騎士步等等。音樂配合舞步令手腳協調增加身體柔軟度。

❗ 「\*」設舊生報名安排

課程編號 Course Code	級別 / 班別 Level/Class	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
*4904.00M.24101	中高班	18歲或以上	文小媚	6/5 - 8/7 (10/6, 1/7)	一 Mon	1315 - 1430	2/F 舞蹈室	8	\$600	24
*4904.00M.24301	高班			24/4 - 26/6 (1/5, 15/5)	三 Wed	1200 - 1315				
*4904.00M.24401	初班			2/5 - 20/6	四 Thu	1330 - 1445				
*4904.00M.24411	初中班				1500 - 1615					

## 強筋健體操

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

以健體操的方法教授伸展動作，增加身體各部位的柔韌度，從而改善身體機能。

❗ 「\*」設舊生報名安排

課程編號 Course Code	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
*4904.00J.24331	18歲或以上	Jackie Chan	24/4 - 26/6 (1/5, 15/5)	三 Wed	1830 - 2000	1/F 3-6 室	8	\$620	18
*4904.00J.24321				1400 - 1530	3/F	28			
*4904.00J.24421			25/4 - 13/6	四 Thu	1400 - 1530	多用途室			

## 健康舞蹈班

☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

以國際舞蹈步法編排舞步，目標增強心肺功能，改善肌力及延緩身體退化。

❗ 「\*」設舊生報名安排

課程編號 Course Code	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
*4904.00J.24411	18歲或以上	Jackie Chan	25/4 - 13/6	四 Thu	1030 - 1200	3/F	8	\$620	28
*4904.00J.24431				四 Thu	1900 - 2030	多用途室			28
*4904.00J.24311				三 Wed	1030 - 1200	室			28

## 土風舞班

☎ 2783 3609 (余 Mr Sheh)

學習基本舞步及不同風格，從而認識和實習該地區的民間舞蹈。除了享受舞蹈的樂趣，也可鍛鍊身體的不同肌肉部份，音樂拍子感、手腳協調性、平衡力，修練身體更形結實及強化腿部。適合男女及不同年齡會友參加。

課程編號 Course Code	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.08G.24001	18 歲或以上	張永強先生	22/4 - 17/6 (10/6)	— Mon	2000 - 2130	2/F	8	\$600	15

## 成人中國舞班 (古典舞及民族民間舞)



☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

課程編號 Course Code	級別 / 班別 Level/Class	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.06D.24101	週一中國舞成人班	18 歲以上 已有舞蹈基礎之人士	盈楓藝術 啟發中心	13/5 - 24/6 (10/6)	—	2000 - 2130	3/F	6	\$588	12
4904.06D.24301	週三中國舞青年班	15 歲以上 已有舞蹈基礎之人士		22/5 - 26/6	三	2000 - 2130	3/F	6	\$588	
4904.06D.24601	週六中國舞青年班			4/5-29/6	六	1930 - 2100	2/F	9	\$882	
4904.06D.24701	週日中國舞青年班			5/5-30/6	日	1600 - 1730	2/F	9	\$882	

## 舞蹈 (兒童) Dance(Children)

### 中國舞



☎ 2783 3606 (張小姐 Karen)

以北京舞蹈學院中國舞課程為主，透過輕鬆有趣的舞步和音樂節奏練習，可以學到中國舞蹈基本知識。通過舞蹈的學習，開闊眼界、陶冶性情、挺拔形體又學到一技之長；同時把訓練寓於娛樂之中，令兒童在學校功課壓力之餘，得到舒展身心、增強體質，有利兒童德、智、體、群、美五育全面健康發展。

- ❗ 1. 新生請於報名前致電負責同工查詢；  
2. 學員完成該級課程成績達標者，及出席率達 9 成以上，方可保送「北京舞蹈學院等級考試」

課程編號 Course Code	級別 / 班別 Level/Class	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.06L.24001	幼兒班	K1 - K2	盈楓藝術 啟發中心	4/5 - 29/6	六	1300 - 1400	3/F	9	\$954	12
4904.06L.24011	一級班	K3				1300 - 1415	2/F		\$1287	
4904.06L.24021	二級班	P1				1400 - 1515	3/F		\$1314	
4904.06L.24031	三級班	P2				1400 - 1515			\$1395	
4904.06L.24041	四級班	P3 或以上				1645 - 1815			\$1629	
4904.06L.24051	五級班	考獲四級或同等資歷				1230 - 1400			\$1692	
4904.06L.24071	七級班	考獲六級或同等資歷				1515 - 1645			\$1881	
4904.06L.24081	八級班	考獲七級或同等資歷				1515 - 1645	\$1998			
4904.06L.24091	九級班	考獲八級或同等資歷				1645 - 1815	\$2115			
4904.06L.24111	十一級班	考獲十級或同等資歷				1645 - 1815	\$2340			

**NEW 國際兒童拉丁舞及標準舞基礎課程**  2783 3606 (張小姐 Karen)

本課程包括國際拉丁舞五項和國際標準舞五項的基本步，由淺入深訓練小朋友的專注力，平行力和身體協調。拉丁舞和標準舞的音樂節奏各有特色，舞步充滿動感，有助增強小朋友自信心，男女均適合參加。

⚠ 全期 12 堂，修畢 85% 課堂有證書

課程編號 Course Code	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.07K.24701	4-9 歲	黃子超 舞蹈學校	7 - 28/4	日 Sun	1400 - 1500	2/F 舞蹈室	4	\$560	15
4904.07K.24702			5 - 26/5						
4904.07K.24703			2 - 23/6						



**芭蕾舞 Ballet**  2783 3618 (湯小姐 Ena)

芭蕾舞可以培養小朋友的藝術細胞、鍛鍊優美的體態，還可以訓練耐力與恆心。課程按英國皇家舞蹈學院 (RAD) 大綱教授各級內容，符合水平之學員可經導師推薦報考各級芭蕾舞考試 / 評核 / 公開比賽。

- ⚠ 1. 學員必須穿著芭蕾舞服裝上課。首次上課可穿輕便服裝及襪子，導師會於課堂派發服裝訂購表格。  
2. 除另行訂明外，公眾假期照常上課。

課程編號 Course Code	級別 / 班別 Level/Class	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.02B.23061	幼兒 Pre - Class 1	2.5 - 4 歲	AP Academy of Dance Limited	29/3 - 17/5	五 Fri	1630 - 1720 (50mins)	1/F 2 號室	8	\$1000	12
4904.02B.23062	幼兒 Pre - Class 2	3.5 - 5 歲		29/3 - 17/5	五 Fri	1720 - 1820			\$1120	
4904.02B.23064	RAD DC-PPID 班	3.5 - 6 歲 合程度考生		30/3 - 18/5	六 Sat	1000 - 1130			\$1680	
4904.02B.23065	RAD G1 至 G2 班	7 歲以上 持 PID 證書		30/3 - 18/5	六 Sat	1130 - 1330			\$2240	
4904.02B.24001	幼兒 Pre - Class 1	2.5 - 4 歲		24/5 - 12/7	五 Fri	1630 - 1720 (50mins)			\$1040	
4904.02B.24002	幼兒 Pre - Class 2	3.5 - 5 歲		24/5 - 12/7	五 Fri	1720 - 1820			\$1160	
4904.02B.24003	RAD DC-PPID 班	3.5 - 6 歲 合程度考生		25/5 - 13/7	六 Sat	1000 - 1130			\$1740	
4904.02B.24004	RAD 一級至二級班	7 歲以上 持 PID 證書		25/5 - 13/7	六 Sat	1130 - 1330			\$2320	

**兒童 K-pop 舞蹈班**  2783 3606 (張小姐 Karen)

透過 K-pop 流行舞蹈加強參加者身體協調性，建立自信心，男女均適合參加。

課程編號 Course Code	對象 Target	導師 / 教練 Tutor/Coach	日期 (除外) Date(Exception)	星期 Day	時間 Time	地點 Venue	堂數 Sessions	費用 Fee	名額 Quota
4904.05K.24501	7-10	何亭姿 Gigi	5/4 - 24/5	五 Fri	1615 - 1715	2/F 舞蹈室	8	\$880	15
4904.05K.24502	11-14				1715 - 1815				
4904.05K.24503	7-10		31/5 - 5/7		1615 - 1715		6	\$660	
4904.05K.24504	11-14				1715 - 1815				