



聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心
The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

Tel : 2725 9628 Fax : 2725 9756 e-mail address : dlshk@ymail.com website : www.hkyoga-dls.org

青山道本會 瑜珈班 2023年 11月至 12月 開課日期

| 導師 | 逢星期 | 上堂時間 | 班別 期數 | 每期堂數 | 開課日期 | 假期 / 備註 | 暫定下次開課日 | 每期學費會員 |
|--------|-----|---------------|----------|------|-----------------------------------|--|------------|--------|
| 廖慧卿 女士 | 一 | 早 9:30-11:00 | 1A 110 | (8堂) | 由 13 - 11 - 2023 至 15 - 01 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦 假期二天,該課順延 | 22-01-2024 | 460 |
| 鍾沛紋 女士 | | 午 11:30-1:00 | 1LP 4 | (8堂) | 由 06 - 11 - 2023 至 08 - 01 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦 假期二天,該課順延 | 15-01-2024 | 460 |
| 麥玉蓮 女士 | | 午 1:30-3:00 | *▲ 1P 82 | (8堂) | 由 04 - 12 - 2023 至 05 - 02 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦,12/2年初三 假期三天,該課順延/順延開課 | 19-02-2024 | 460 |
| 麥玉蓮 女士 | | 午 3:30-5:00 | 1PS 3 | (8堂) | 由 27 - 11 - 2023 至 29 - 01 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦 假期二天,該課順延 | 05-02-2024 | 460 |
| 鄭瑞琮 女士 | | 午 5:40-7:10 | 1PN 119 | (8堂) | 由 13 - 11 - 2023 至 15 - 01 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦 假期二天,該課順延 | 22-01-2024 | 460 |
| 馬惠英 女士 | | 晚 7:30-9:00 | * 1N 117 | (8堂) | 由 04 - 12 - 2023 至 05 - 02 - 2024 | 25/12聖誕節,1/1元旦,12/2年初三 假期三天,該課順延/順延開課 | 16-02-2024 | 550 |
| 陳有金 女士 | 二 | 早 10:00-11:30 | * 2A 107 | (8堂) | 由 14 - 11 - 2023 至 09 - 01 - 2024 | 26/12聖誕翌日 假期一天,該課順延 | 16-01-2024 | 460 |
| 古路華 女士 | | 午 2:30-4:00 | 2P 110 | (8堂) | 由 28 - 11 - 2023 至 23 - 01 - 2024 | 26/12聖誕翌日 假期一天,該課順延 | 30-01-2024 | 460 |
| 劉玉珍 女士 | | 午 4:30-6:00 | 2PN 9 | (8堂) | 由 07 - 11 - 2023 至 02 - 01 - 2024 | 26/12聖誕翌日 假期一天,該課順延 | 09-01-2024 | 460 |
| 梁世卿 女士 | | 晚 7:00-8:30 | * 2N 121 | (8堂) | 由 31 - 10 - 2023 至 19 - 12 - 2023 | | 02-01-2024 | 550 |
| 彭少雄 先生 | | 晚 8:50-10:20 | 2NB 103 | | 待定 | | | 460 |
| 馮少群 女士 | 三 | 早 9:30-11:00 | * 3A 121 | (8堂) | 由 22 - 11 - 2023 至 10 - 01 - 2024 | | 17-01-2024 | 460 |
| 梁清薇 女士 | | 午 11:30-1:00 | * 3LP 62 | (8堂) | 由 15 - 11 - 2023 至 03 - 01 - 2024 | | 10-01-2024 | 460 |
| 廖正傑 先生 | | 午 1:30-3:00 | * 3P 16 | (8堂) | 由 20 - 12 - 2023 至 07 - 02 - 2024 | 14/2年初五 假期一天,順延開課 | 21-02-2024 | 460 |
| 曾翠瓊 女士 | | 午 4:30-6:00 | * 3PN 14 | (8堂) | 由 13 - 12 - 2023 至 31 - 01 - 2024 | | 07-02-2024 | 460 |
| 曾翠瓊 女士 | | 晚 7:00-8:30 | 3N 126 | (8堂) | 由 20 - 12 - 2023 至 07 - 02 - 2024 | 14/2年初五 假期一天,順延開課 | 21-02-2024 | 550 |
| 區紹裘 先生 | | 晚 8:45-10:15 | 3NB 34 | (8堂) | 由 13 - 12 - 2023 至 31 - 01 - 2024 | | 07-02-2024 | 460 |
| 鄭瑞琮 女士 | 四 | 早 9:30-11:00 | 4A 102 | (8堂) | 由 30 - 11 - 2023 至 18 - 01 - 2024 | | 25-01-2024 | 460 |
| 黃笑微 女士 | | 早 11:30-1:00 | 4LP 5 | (8堂) | 由 21 - 12 - 2023 至 08 - 02 - 2024 | 15/2年初六 假期一天,順延開課 | 22-02-2024 | 460 |
| 陳惠芳 女士 | | 午 3:15-4:45 | *▲ 4P 97 | (8堂) | 由 02 - 11 - 2023 至 21 - 12 - 2023 | | 28-12-2023 | 460 |
| 陳兆媚 女士 | | 午 5:40-7:10 | 4PN 112 | (8堂) | 由 21 - 12 - 2023 至 08 - 02 - 2024 | 15/2年初六 假期一天,順延開課 | 22-02-2024 | 460 |
| 陳翠芳 女士 | | 晚 7:30-9:00 | 4N 121 | (8堂) | 由 07 - 12 - 2023 至 25 - 01 - 2024 | | 01-02-2024 | 550 |
| 梁清薇 女士 | 五 | 早 9:45-11:15 | * 5A 118 | (8堂) | 由 03 - 11 - 2023 至 05 - 01 - 2024 | 10/11瑜珈營,22/12冬至 停課/假期二天,該課順延 | 12-01-2024 | 460 |
| 梁清薇 女士 | | 午 11:30-1:00 | * 5LP 3 | (8堂) | 由 03 - 11 - 2023 至 05 - 01 - 2024 | 10/11瑜珈營,22/12冬至 停課/假期二天,該課順延 | 12-01-2024 | 460 |
| 梁清薇 女士 | | 午 2:30-4:00 | * 5P 24 | (8堂) | 由 29 - 12 - 2023 至 01 - 03 - 2024 | 9/2年三十,16/2年初七 假期二天,該課順延 | 08-03-2024 | 460 |
| 陳有金 女士 | | 晚 7:00-8:30 | * 5N 121 | (8堂) | 由 15 - 12 - 2023 至 23 - 02 - 2024 | 22/12冬至,9/2年三十,16/2年初七 假期三天,該課順延 | 01-03-2024 | 550 |
| 張惠兒 女士 | 六 | 早 10:00-11:30 | 6A 123 | (8堂) | 由 30 - 12 - 2023 至 24 - 02 - 2024 | 10/2年初一 假期一天,該課順延 | 02-03-2024 | 460 |
| 關美蓮 女士 | | 午 2:30-4:00 | 6P 125 | (8堂) | 由 09 - 12 - 2023 至 27 - 01 - 2024 | | 03-02-2024 | 550 |
| 鄭瑞琮 女士 | | 午 4:30-6:00 | ★6PN 57 | (8堂) | 由 18 - 11 - 2023 至 06 - 01 - 2024 | | 13-01-2024 | 550 |
| 張惠兒 女士 | 日 | 早 9:15-10:45 | 7MA 114 | (8堂) | 由 10 - 12 - 2023 至 18 - 02 - 2024 | 24/12平安夜,31/12除夕,11/2年初二 假期三天,該課順延 | 25-02-2024 | 550 |
| 黃振盛 先生 | | 早 11:00-12:30 | 7A 107 | (8堂) | 由 22 - 10 - 2023 至 17 - 12 - 2023 | 24/12平安夜,31/12除夕 假期二天,順延開課 | 07-01-2024 | 550 |
| 曹世榮 先生 | | 午 2:30-4:00 | 7P 2 | (8堂) | 待定 | | | 特價 |

▲特別班：式子設計適合長者；長者學費優惠

*班別已滿額：要留名及留電話號碼輪候；

★式子、呼吸法及靜坐練習班

所有課程提早編制，如有更改，以本會提供為準，恕不另行通知！

請注意：所有已繳交瑜珈班學費，不設退款及不能轉讓給其他學員上課。