



香港明愛青少年及社區服務-
九龍社區中心

『社交及技能發展課程』(恆常班)章程 (2021 年 11 月-2021 年 12 月)

地址：九龍太子道西 256A 一樓

電郵：ycsklnccssdp@caritassws.org.hk

電話：2339 3713

傳真：2794 3667

網頁：<http://klncc.caritas.org.hk>

歡迎網上登記
及
到中心報名

由即日起，本中心安排新生及舊生報讀課程如下：舊生於每期課程開課後即可報名下一期之課程及繳費，直至該期課程下一期開課前一個月，會公開給新生報名。敬請留意。

為確保課程延續性，所有舊生不得插班。

更新日期：24/11/2021

本中心所有課程及活動只限中心會員參加

 明愛九龍社區中心
Caritas Community Centre - Kowloon

開放時間Opening Hour

B座	社區中心	Block B	Community Centre
星期一至五	上午九時至晚上十時	Monday to Friday	9:00am -10:00pm
星期六	上午九時至下午六時	Saturday	9:00am -6:00pm
星期日	上午九時至下午二時	Sunday	9:00am -2:00pm

公眾假期休息Public holiday Closed

本中心於關門前半小時停止收費。

A座	圖書館	自修室	Block A	Library	Study Room
星期一至五	上午十時至晚上八時	上午十時至晚上八時	Monday to Friday	10:00am -8:00pm	10:00am -8:00pm
星期六	上午十時至下午六時	上午十時至下午六時	Saturday	10:00am -6:00pm	10:00am -6:00pm
星期日	上午九時至下午一時	不開放	Sunday	9:00am -1:00pm	Closed

公眾假期休息Public holiday Closed

聖誕課程推介

電腦										
現已開始接受報名										
課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	上課地點	堂數	學費	對象	名額	導師	內容／備註
9001	電腦日營： mBot 機械人 編程 (A)	28/12/2021- 29/12/2021 (二、三)	9:15am- 11:15am	B209	2	\$720	5-7 歲	10 人	啟才 智能 發展 中心	mBot 是專為教學而設計的機器人，集程式編寫及組裝於一身。 mBot 組裝容易，只需要簡單的組裝工具就可以完成組裝。 學員在學習過程中，可以學到不同的知識及技巧包括程式編寫、組裝機器人以及 Arduino 等知識。 學員透過學習機械人編程，能夠學習及掌握科學研究方法及跨學科的知識。 本課程由淺入深教授學員 mBot 機械人編程的重點及技巧，透過不同練習，讓學員學會給指令機器人完成不同的任務，加強 STEM 教學的成效。
9002	電腦日營： Scratch 電腦 遊戲程式 編寫課程 (A)	28/12/2021- 29/12/2021 (二、三)	11:30am- 1:30pm	B209	2	\$640	5-7 歲	10 人		Scratch 是由美國麻省理工學院媒體實驗室 MIT Media Lab 開發的程式語言（Programming Language），專為幼兒、兒童及青少年所設計學習編程(Coding)的軟件。 小朋友可以從中學到重要的數學和電腦的概念，同時也學到如何做創意思考、系統化推理、以及與其他人合作。 Scratch 主要靠拖曳和組合指令就能寫出程式語言，可以為角色指定動作、配音、轉換場景。 課程教授學員 Scratch 的基本操作、學習拖曳和組合指令，並透過練習訓練出小朋友邏輯思考。

聖誕課程推介

電腦										
現已開始接受報名										
課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	上課地點	堂數	學費	對象	名額	導師	內容／備註
9003	電腦日營： mBot 機械人編程 (B)	28/12/2021- 29/12/2021 (二、三)	2:15pm- 4:15pm	B209	2	\$720	8-10 歲	10 人	啟才智能發展中心	mBot 是專為教學而設計的機器人，集程式編寫及組裝於一身。 mBot 組裝容易，只需要簡單的組裝工具就可以完成組裝。 學員在學習過程中，可以學到不同的知識及技巧包括程式編寫、組裝機器人以及 Arduino 等知識。 學員透過學習機械人編程，能夠學習及掌握科學研究方法及跨學科的知識。 本課程由淺入深教授學員 mBot 機械人編程的重點及技巧，透過不同練習，讓學員學會給指令機器人完成不同的任務，加強 STEM 教學的成效。
9004	電腦日營： Scratch 電腦遊戲程式編寫課程 (B)	28/12/2021- 29/12/2021 (二、三)	4:30pm- 6:30pm	B209	2	\$640	8-10 歲	10 人		Scratch 是由美國麻省理工學院媒體實驗室 MIT Media Lab 開發的程式語言（Programming Language），專為幼兒、兒童及青少年所設計學習編程(Coding)的軟件。 小朋友可以從中學到重要的數學和電腦的概念，同時也學到如何做創意思考、系統化推理、以及與其他人合作。 Scratch 主要靠拖曳和組合指令就能寫出程式語言，可以為角色指定動作、配音、轉換場景。 課程教授學員 Scratch 的基本操作、學習拖曳和組合指令，並透過練習訓練出小朋友邏輯思考。

聖誕課程推介

烹飪										現已開始接受報名
課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
9005	2021 聖誕節 美食班 (A)	22/12/2021 (三)	(A) 9:30am-11:00am	1	B109	\$120	4-6 歲 (需足齡)	10 人	I.F.	提子英式鬆餅 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。
9006 FULL	2021 聖誕節 美食班 (B)	22/12/2021 (三)	(B) 2:00pm-3:30pm	1	B109	\$120	6-12 歲	10 人		聖誕雙色曲奇 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。
9007 FULL	2021 聖誕節 美食班 (C)	23/12/2021 (四)	(C) 9:30am-11:00am	1	B109	\$120	4-6 歲 (需足齡)	10 人		生果麵包布甸 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。
9008 FULL	2021 聖誕節 美食班 (D)	23/12/2021 (四)	(D) 2:00pm-3:30pm	1	B109	\$120	6-12 歲	10 人		聖誕花圈薄餅 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。
9009 FULL	西式甜品 烘焙	22/12/2021-23/12/2021 (三、四)	4:00pm-5:00pm	2	B109	\$220	6-12 歲	10 人		1. 橙香 cupcake 2. 水蜜桃果撻 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。
9010 FULL	派對 美食巡禮	22/12/2021-23/12/2021 (三、四)	11:30am-12:30pm	2	B109	\$220	4-6 歲 (需足齡)	10 人		1. 草莓果撻 2. 朱古力杯子蛋糕 備註： 1. 食物過敏症者，請自行評估風險。 2. 請自備食物盒。

聖誕課程推介

科學

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
9011	2021 年 聖誕節自製 科學玩具 (A)	30/12/2021 (四)	10:45am- 12:45pm	1	B105	\$250	K.2- K.3	13 人	ITECH	導師在課堂分折教導下，孩子可以親自透過原材料進行裁剪創造設計，體驗自行組裝。 寓制作及探索趣味玩具中學習科學科技原理知識，啟發科技創造思維，豐富自信及探索的精神。 1. 發光聖誕小樹 學習使用 STEM 元素制作發光聖誕樹 2. 太陽能發電發聲音樂器 學習使用太陽能板及電子音樂器，認識綠色能量
9012 FULL	2021 年 聖誕節自製 科學玩具 (B)	30/12/2021 (四)	2:00pm- 4:00pm	1	B105	\$250	6-9 歲	13 人	ITECH	導師在課堂分折教導下，孩子可以親自透過原材料進行裁剪創造設計，體驗自行組裝。 寓制作及探索趣味玩具中學習科學科技原理知識，啟發科技創造思維，豐富自信及探索的精神。 1. 太陽能稻草人(害蟲剋星) 學習使用太陽能板及馬達，理解原理及線路，制作驅害蟲的稻草人 2. 迷你瓶閃燈情景 學習使用一台有趣小情景，製置在一個迷你瓶內，並接駁閃燈

聖誕課程推介

運動

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	上課地點	堂數	學費	對象	名額	導師	內容／備註
9013	聖誕劍擊日營	28/12/2021 (二)	3:15pm-4:45pm	B210	1	\$220	5-8 歲	12	啟才智能發展中心	劍擊是以劍攻擊和防禦的技術，是古代歐洲軍人用以對付敵人的格鬥技。隨著時代的進步，劍擊演變為一種體育運動。而這項運動除了單純的攻防的技巧外，更能促進腦部思維，鍛練集中力、訓練手腳協調能力、加強自信心以及認識禮儀及紀律。 內容：劍擊步法、基本劍擊攻防技巧及綜合體適能訓練
9014	聖誕全能運動會日營 (A)	30/12/2021 (四)	10:00am-12:30pm	B210	1	\$295	4-6 歲	12		透過全能運動會日營，小朋友可以參與田徑及球類運動如籃球、羽毛球、足球及閃避球，發掘及提升小朋友對不同類型運動的潛能及興趣及建立團隊精神。
9015	聖誕全能運動會日營 (B)	30/12/2021 (四)	2:00pm-4:30pm	B210	1	\$295	7-10 歲	12		日營透過不同的運動及體能訓練，亦可訓練兒童的專注力、反應、身體協調、增強肌肉耐力和心肺功能。 項目：足球及閃避球
9016	聖誕全能運動會日營 (C)	31/12/2021 (五)	10:00am-12:30pm	B210	1	\$295	4-6 歲	12		透過全能運動會日營，小朋友可以參與田徑及球類運動如籃球、羽毛球、足球及閃避球，發掘及提升小朋友對不同類型運動的潛能及興趣及建立團隊精神。
9017	聖誕全能運動會日營 (D)	31/12/2021 (五)	2:00pm-4:30pm	B210	1	\$295	7-10 歲	12		日營透過不同的運動及體能訓練，亦可訓練兒童的專注力、反應、身體協調、增強肌肉耐力和心肺功能。 項目：小型網球及籃球

幼兒及兒童課程

舞蹈										現已開始接受報名
課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1109	韓國 K-pop 流行舞蹈	6/1/2022-24/2/2022 (四)	6:00pm-7:00pm	7	B110	\$100 (每堂)	6-12 歲	12 人	星兒教育有限公司	K-Pop 已經在亞洲成為主流音樂，其中 PSY 的《江南 style》、wonder Girls 的《Nobody》、Super Junior 的《Sorry, Sorry》已經是無人不識，而《江南 style》更在網絡影片網站 YouTube 把 K-Pop 熱潮推至新的高峰，並在歐美主流樂壇引起震動，而且引起了全球性的模仿熱潮。這個課程會以韓國流行音樂為主題，並結合韓國舞曲去教授小朋友認識 K-pop。 備註：3/2/2021 停課
1110	Hip Hop 嘻哈街頭舞	6/1/2022-24/2/2022 (四)	7:00pm-8:00pm	7	B110	\$100 (每堂)	6-12 歲			Hip Hop 超源於美國黑人區，是街頭舞的總稱，屬於後現代藝術，它包含了黑人的音樂、舞蹈和生活文化，風格屬較時尚和自由，著重個人風格，節拍感很重。 備註：3/2/2021 停課

舞蹈

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1115	爵士舞 (PTPA)	3/12/2021-28/1/2022 (五)	4:30pm-5:15pm	8	B111	\$120 (每堂)	3 歲或以上	16 人	憲舞臺 (陳煒琳導師)	課堂會以爵士舞為基礎訓練，配合動感的音樂，訓練小朋友對音樂的節奏感，讓小朋友在輕鬆的過程中認識舞蹈的動律及身體的控制，表現達到水平的學員可獲導師推薦參加每年於七月及十二月份舉辦的澳/洲聯邦舞蹈教師協會(CSTD)香港區考試。 備註:學員的服飾可向導師查詢 24/12/2021 停課
1116	爵士舞 (TPAA)		5:15pm-6:00pm			\$125 (每堂)	4 歲或以上			

陳煒琳導師簡介

Ms Chan Wai Lam

學習舞蹈多年，已有六年教學經驗。

任教於多間中、小學、幼稚園及舞蹈學校，教學經驗豐富。

過去多年曾參加全港多項公開舞蹈比賽及各區區際比賽均獲得金獎成績，成績優異。

已考獲澳洲聯邦舞蹈教師協會 **CSTD** 爵士舞及北京舞蹈學院中國舞教師証書。

舞蹈

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1101	芭蕾舞 Pre-School Lv. 1	4/12/2021- 29/1/2022 (六)	9:30am – 10:15am	8	B110	\$125 (每堂)	3 歲 或以上 (需足齡)	16 人	熹舞臺 (Fiona 導師)	課堂會以故事唱遊的形式，教授芭蕾舞的基礎舞步，在輕鬆活潑的氣氛下，培育小朋友的音樂節奏感，及對舞蹈藝術的興趣，同時亦訓練其肢體協調的能力。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課
1102	芭蕾舞 Grade 1		10:15am– 11:15am			\$150 (每堂)	6 歲 或以上 (需足齡)			本課堂採用英國皇家芭蕾舞學院(RAD)的課程為藍本，等級主要分為初級及專業級兩大程度，針對不同年齡學員的能力，課程由淺入深，表現達到水平的學員可獲導師推薦參加每年舉辦的 RAD 香港區考試。 備註:學員的服飾可向導師查詢 25/12/2021、1/1/2022 停課
1103	芭蕾舞 Pre-School Lv. 2		11:15am – 12:00nn			\$125 (每堂)	4 歲 或以上 (需足齡)			課堂會以故事唱遊的形式，教授芭蕾舞的基礎舞步，在輕鬆活潑的氣氛下，培育小朋友的音樂節奏感，及對舞蹈藝術的興趣，同時亦訓練其肢體協調的能力。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課
1104	芭蕾舞 Pre-Primary		12:00nn- 12:45pm			\$130 (每堂)	4.5 歲 或以上 (需足齡)			本課堂採用英國皇家芭蕾舞學院(RAD)的課程為藍本，等級主要分為初級及專業級兩大程度，針對不同年齡學員的能力，課程由淺入深，表現達到水平的學員可獲導師推薦參加每年舉辦的 RAD 香港區考試。 備註: 學員的服飾可向導師查詢 25/12/2021、1/1/2022 停課

舞蹈

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1105	舞蹈精英排練課	4/12/2021-29/1/2022 (六)	12:45pm-1:45pm	8	B110	\$200 (每堂)	由導師挑選	16 人	憲舞臺 (Fiona 導師)	課堂會以芭蕾舞群舞舞蹈排練為主，本課堂會定期參加全港各大、小型公開舞蹈比賽，從而增加學員的舞台表演經驗，加強自信心及團隊間的合作精神。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課
1108	爵士舞 Pre Modern Jazz		3:15pm-4:15pm		B111	\$150 (每堂)	5 歲或以上			課程以澳洲聯邦舞蹈教師協會(CSTD)現代爵士舞課程為藍本，針對不同年齡的學員，令學員能循序漸進地學習不同的舞蹈風格及技巧，表現達到水平的學員可獲導師推薦參加每年於七月及十二月份舉辦的 CSTD 香港區考試。 備註: 學員的服飾可向導師查詢 25/12/2021、1/1/2022 停課
1113	芭蕾舞 Pre-School Lv. 1		4:15pm-5:00pm			\$125 (每堂)	3 歲或以上 (需足齡)			課堂會以故事唱遊的形式，教授芭蕾舞的基礎舞步，在輕鬆活潑的氣氛下，培育小朋友的音樂節奏感，及對舞蹈藝術的興趣，同時亦訓練其肢體協調的能力。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課

莫嘉欣老師簡介

Miss Mok Ka Yan Fiona

- 超過十五年教授社區中心，中小學，幼稚園及舞蹈學校經驗
- 畢業於香港演藝學院現代舞系
- 英國皇家舞蹈學院註冊教師
- 澳洲聯邦舞蹈教師協會註冊教師
- 豐富編舞及排演經驗，歷年海內外得獎作品逾三十個
- 編舞作品曾受邀出席香港原創舞蹈大賞，香港青年藝術節，德福聖誕音樂會，栢禮大道嘉年華等等盛事

舞蹈

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1114	芭蕾舞 Grade5	4/12/2021- 29/1/2022 (六)	2:00pm- 3:00pm	8	B110	\$180 (每堂)	10 歲或已 經考取 RAD Grade 3 級別	16 人	La Muse Studio (Carol 導師)	在輕鬆活潑的氣氛下，教授芭蕾舞基本舞步，培養小朋友的音樂節奏感及對舞蹈藝術的興趣，同時亦訓練其肢體的協調能力。 學員請穿著粉紅色芭蕾舞裙及粉紅色皮鞋。 導師將揀選成績優異之學生參加英國皇家舞蹈學院考試，但必須學習滿三期或以上及出席率達 90% 以上。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課
1107	爵士舞一級 Pre Jazz		3:00pm – 4:00pm			\$110 (每堂)	4-6 歲 或以上			強勁節拍加上靈活多變的舞步，培養小朋友對節拍的敏銳，訓練肢體的協調及建立自己的風格。學員請穿著黑色緊身舞褲及粉紅色皮舞鞋。導師將揀選成績優異之學員參加澳洲聯邦舞蹈教師協會考試，但必須學習滿三期或以上及出席率達 90% 以上。 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課
1106	爵士舞四級 Modern Jazz Grade 4		4:00pm – 5:30pm			\$218 (每堂)	13 歲 或已經考取 CSTD Grade 3 或以上			
1145	中國舞 第 7 級		1:30pm- 3:00pm		B111	\$210 (每堂)	10 歲 或以上		Hi Dance Workshop (Coness 導師)	教授中國民族舞基本舞步，提高小朋友對中國文化的興趣。學員邊唱普通話兒歌，邊學習有趣的舞蹈，同時訓練肢體的協調。 學員請穿著中國舞衣及粉紅色舞鞋。 2020 年 3 月前足 10 歲或以上 備註: 25/12/2021、1/1/2022 停課

各芭蕾舞，中國舞及爵士舞學員請注意：

- 1) 插班生會由老師根據學員的學習程度及年齡編配班別
- 2) 英國皇家芭蕾舞考試(Pre-school、Pre-Primary、Primary) 一年考一次試，會安排在每年的五月份舉行
- 3) 英國皇家芭蕾舞考試(Grade1 或以上) 一年考一次試，會安排在每年的五月份或九月份舉行
- 4) 北京舞蹈學院中國舞等級考試會在每年三月尾至四月初及每年十月尾十一月初舉行。
- 5) 澳洲聯邦舞蹈教師協會爵士舞考試會在每年七月及十二月舉行

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1203	畫藝天地 (A)	8/1/2022- 26/2/2022 (六)	9:15am- 10:15am	8	B109	\$86 (每堂)	6-10 歲	12 人	愛藝畫室 (由富美術 教學經驗專 職導師任 教)	1. 此課程為繪畫和手工藝創作。 2. 繪畫方面透過不同顏料作畫讓兒童學習繪畫技巧和方法，如水彩畫、水墨畫、粉彩畫及其他畫類。 3. 手工藝創作方面運用多種手工材料於作品中如立體手工、黏土作品、摺紙畫和木藝作品等，從而發揮兒童的創意及對藝術的興趣。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 1/1/2022 停課
1204	繽紛 綜合畫 (A)	4/12/2021- 29/1/2022 (六)	10:30am- 11:30am	8		\$84 (每堂)	4-8 歲 (須足齡)			1. 教授兒童多種不同的繪畫形式及技巧、如粉彩畫、水彩畫、蠟筆畫、顏色鉛筆畫及水墨畫等。 2. 透過運用這些不同藝術媒介及素材，引導兒童從線條、構圖和色彩中學習，表達自己的感受，啟發他們的創意，提升其對視覺藝術的了解及興趣。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 25/12/2021、1/1/2022 停課
1216	多元畫藝 (A)		11:45am- 12:45pm			\$86 (每堂)				1. 通過不同種類的繪畫和手工藝創作，教授兒童繪畫技巧及如何手、眼的協調。 2. 繪畫有：簡易水墨畫、水彩畫，顏色鉛筆畫和粉彩畫等。 3. 手工藝創作有：摺紙畫、黏土作品和立體手工藝等。 4. 透過上述畫藝的學習，讓兒童發揮其創意思維和組織能力。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 25/12/2021、1/1/2022 停課

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1208	幼兒畫藝	4/12/2021-29/1/2022 (六)	1:45pm-2:45pm	8	B109	\$86 (每堂)	3-4 歲 (需足齡)	12 人	愛藝畫室 (由富美術教學經驗專職導師任教)	1. 通過由淺入深的過程，教導幼兒粉彩畫、蠟筆畫、水彩畫等。 2. 繪畫內容如：水果、食物、植物、動物、交通工具和建築物等。 3. 讓幼兒學習繪圖的方法和着色的技巧，從而訓練他們手部的小肌肉活動，啟發創意思維及愛好藝術的興趣。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 25/12/2021、1/1/2022 停課
1209	多元畫藝 (B)	8/1/2022-26/2/2022 (六)	3:00pm-4:00pm	8			4-8 歲 (需足齡)			1. 通過不同種類的繪畫和手工藝創作，教授兒童繪畫技巧及如何手、眼的協調。 2. 繪畫有：簡易水墨畫、水彩畫，顏色鉛筆畫和粉彩畫等。 3. 手工藝創作有：摺紙畫、黏土作品和立體手工藝等。 4. 透過上述畫藝的學習，讓兒童發揮其創意思維和組織能力。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 1/1/2022 停課
1210	繽紛 綜合畫 (B)	4/12/2021-29/1/2022 (六)	4:15pm-5:15pm	8		\$84 (每堂)	4-8 歲			1. 教授兒童多種不同的繪畫形式及技巧、如粉彩畫、水彩畫、蠟筆畫、顏色鉛筆畫及水墨畫等。 2. 透過運用這些不同藝術媒介及素材，引導兒童從線條、構圖和色彩中學習，表達自己的感受，啟發他們的創意，提升其對視覺藝術的了解及興趣。 (備註：費用已包括材料及用具，自備濕毛巾、圍裙及手袖) 25/12/2021、1/1/2022 停課

美藝

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1212	初級水彩畫班	7/1/2022-25/2/2022 (五)	4:45pm-5:45pm	8	B105	\$76 (每堂)	(3-4.5 或以上及已有基本自理能力) 幼兒，對繪畫有興趣或培養興趣，但手部肌肉比較柔弱的學童(用較少力度完成畫作)	10人	筆在畫下 (魏文君導師)	學習如何起稿及透過幾何圖案、線條一步一步簡單地畫出各類不同的生活事物。並教導學童認識和運用紅、橙、黃、綠、青、藍、紫、黑、白等顏色，學習各種水彩上色基本技巧及調色，從而豐富圖畫視覺效果同時又能從畫內表現出童真又具美感一面。 需自備物件： - 12 色或以上廣告彩(勿購買鋁質支裝) - 水彩/廣告彩”長方形”調色盒 - 四開畫簿(編號: 3004A) - 畫筆一共五支(編號: 2 圓頭, 4, 8, 14, 20) - 鉛筆及擦紙膠 - 一套圍裙
1213	進階水彩畫班		6:00pm-7:00pm				7-12 歲			已有穩定的基礎水彩上色能力，想進一級學習更多各式水彩上色方法，從而豐富構圖的內容性及色彩，增加視覺的吸引力及表達能力 注意：一般須要一至兩堂完成一幅作品，視乎深淺程度 需自備物件： - 15 色或以上廣告彩(勿購買鋁質支裝) - 水彩/廣告彩”長方形”調色盒 - 四開畫簿(編號: 3004A) - 畫筆一共五支(編號:00/ 0 圓頭, 2 圓頭,4, 8, 14, 20 其他平頭) - 鉛筆及擦紙膠 - 一套圍裙 - 毛巾

魏文君老師曾於比利時美術學校學習美術及設計，畢業於正形設計學校，求學時期授學校推薦參加各類大小歐洲及全港九公開美術比賽並得到獎項。現不斷學習各類藝術及手工藝，於幼稚園、小學、各類機構開辦教授美術及興趣班，希望帶領學生透過輕鬆愉快互動活學的氣氛底下，學習及培養美術興趣，亦鼓勵及欣賞學生多展現創意

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1214	毛筆、硬筆字書法班 (鋼筆、原子筆或鉛筆及毛筆)	2/1/2022-27/2/2022 (日)	(A) 9:30am-11:00am	9	B104	\$120 (每堂)	6 歲或以上兒童	12 人	黃誠業（資深書法教師）一九六八年毛筆及硬筆書法比賽總冠軍	1. 指導學生對硬筆及毛筆的正確執筆方法，針對現時不良習慣 2. 硬筆字及毛筆字先學正統楷書，認識字型結構，使學生在功課上有標準規範及改善 3. 依據香港教育學院頒佈標準楷書，注重分析標準字錯別字及異體字 4. 加強學生認識漢字正確筆順，糾正錯誤慣用筆順方式 5. 導師具有數十年教學經驗，課程富有趣味性和認知性 6. 如課程將近農曆年期間、導師會加學揮春 備註：所需購買文具資料詳情可向詢問處職員索取或導師代購亦可約\$145，筆記簿及鉛筆需自備。 <u>學生於上課時一定要遵照紀律及專心聆聽。</u> 1/1/2022(六)停課
1215			(B) 11:15am-12:45pm							
1220		8/1/2022-26/2/2022 (六)	(C) 9:15am-10:45am	8						
1217			(D) 11:00am-12:30pm							
1224			(E) 2:00pm-3:30pm							
1221		7/1/2022-25/2/2022 (五)	(F) 4:00pm-5:30pm	8						
1222			(G) 5:45pm-7:15pm							

普通話

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1406	普通話 中文六級	6/11/2021- 5/2/2022 (六)	12:00nn- 1:00pm	12	B105	\$870	6 – 9 歲	10 人	香港 普通話 中心 (羅寧 導師)	1. 用普通話完整講述兒童故事及日常生活中所發生的事 2. 用規模的中文來書寫一些故事(學員自編) 3. 使每個學員可以流暢地用普通話來表達自己所想所要作的事情，為今後寫中文作文打下基礎 4. 教授聲母、韻母、拼音、對話，使學員對普通話有基本認識。 *學員請自備文具 學習中文並非一件容易的事.但用普通話學中文就更加困難了.所以我們要盡量幫助小朋友解決,本課程是以普通話教授小學生一年級至三年級的中文用普通話解釋中文字詞的意思,教小朋友正確運用中文詞句等 備註：25/12/2021、1/1/2022 停課

珠心算

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1501	珠心算	8/1/2022- 26/2/2022 (六)	(A) 9:30am- 10:30am	7	B201	\$115 (每堂)	K.2-P.1	8 人	香港 兒童 活學 中心	珠算是中國傳統的計算方法。以珠算的方法提高心算的速度，現在本港、日本、新加坡、台灣都得到很成功的推廣。小朋友通過耳聽眼看。手撥。腦算。珠心算的訓練夠掌握一種快速的計算方法，用以培養靈敏的思想力、增強記憶力和集中力。 (一)水平班共分 10 期，第一期為 7-8 級，第二期為 6-7 級，第三期為 5-6 級，第四期為 4-5 級，第五期為 3-4 級，第六期為 2-3 級,第七至十一期為操練方式為主. (二) 珠算班書簿費需堂上交導師，費用約 \$100。 備註：1/1/2022 停課
1502			(B) 10:30am- 11:30am							
1509			(C) 11:30am- 12:30pm							
1517			(D) 12:30pm- 1:30pm							

健體
現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1601	體操班	5/1/2022-23/2/2022 (三)	(A) 4:15pm-5:15pm	7	健身室	\$118 (每堂)	3-8 歲 (需足齡)	20 人	The Gymnastics Club	本課程內容於開啟和建立基礎動作技術，透過靈活多變的教學方式，讓學員們能循序漸進及開心愉快地去接受體操訓練。目的除令小朋友在課餘時得到適當的舒展身心機會外，更能有效地發掘及提高他們在體操運動方面的潛質與興趣。學習體操的基本知識，包括：墊上前、後滾翻、拱橋、燕式平衡，一字馬，手倒立，手翻，空翻，小彈網及各種跳躍動作。 備註：學員請穿著運動服裝、水及帶備毛巾 師生比例約 1:10 31/1/2022(一)、 1/2/2021(二)、 2/2/2022(三)停課
1602			(B) 5:15pm-6:15pm							
1604		7/1/2022-25/2/2022 (五)	(C) 4:00pm-5:00pm	8						
1920		4/1/2022-22/2/2022 (二)	(D) 4:00pm-5:00pm	7						
1618			(E) 5:00pm-6:00pm							
1606		3/1/2022-28/2/2022 (一)	(F) 4:30pm-5:30pm	8						
1603			(G) 5:30pm-6:30pm							
1619	體操進階班	4/1/2022-22/2/2022 (二)	6:00pm-7:30pm	7		\$158 (每堂)	7-15 歲			

健體
現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1610	兒童跆拳道	5/1/2022-23/2/2022 (三)	(A) 6:30pm-8:00pm	7	GYM	\$73.5 (每堂)	5-14 歲	20 人	國際 跆拳道 香港 總會	推廣跆拳道及培訓優秀運動員，跆拳道是一種富有趣味性有益身心的武術運動，跆拳道訓練不但可以強身健體臨危自衛，更可以鍛鍊人的意志，忍耐力，紀律，自信心及合作精神。 備註： 2/2/2022(三)、3/2/2022(四)停課
1625		6/1/2022-24/2/2022 (四)	(B) 6:30pm-8:00pm	7	B111		4-12 歲			
1615		7/1/2022-25/2/2022 (五)	(C) 6:30pm-7:30pm	8	B110	\$52.5 (每堂)	5-14 歲	12 人		
1613			(D) 7:30pm-8:30pm							
1614			兒童跆拳道 (進階)							

健體

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1616	兒童跆拳道	4/12/2021-29/1/2022 (六)	(F) 10:00am-11:30am	7	B111	\$73.5 (每堂)	4-12 歲	12 人	國際 跆拳道 香港 總會	推廣跆拳道及培訓優秀運動員，跆拳道是一種富有趣味性有益身心的武術運動，跆拳道訓練不但可以強身健體臨危自衛，更可以鍛鍊人的意志，忍耐力，紀律，自信心及合作精神。 備註： 25/12/2021(六)、1/1/2021(六)停課
1617			(G) 11:30am-1:00pm							
1621		8/1/2022-26/2/2022 (六)	(H) 12:00nn-1:30pm	8	B209					
1622			(I) 1:30pm-3:00pm							
1626			(J) 2:00pm-3:30pm		B210					
1627			(K) 3:30pm-5:00pm							

健體

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1623	花式跳繩	7/1/2022-25/2/2022 (五)	(A) 7:10pm-8:10pm	8	B209	\$105 (每堂)	6-12 歲	12 人	專才教育	花式跳繩千變萬化，趣味無窮。跳繩有很多有趣好玩的花式，除了最普通的雙腳跳、單腳跳及交叉繩等個人花式外，雙人花式甚至組合花式亦千變萬化。 跳繩運動能在短時間有效地鍛鍊身體，加強心肺功能，增強抵抗力，也可燃燒身體多餘脂肪，改善及預防肥胖問題。 備註：學員須自備單人拍子繩 1 條，或於上課時以\$75元向導師購買 導師履歷：香港心臟專科學院跳繩強心導師、中國香港跳繩總會技術證書、中國香港跳繩總會初級教練證書(甲部)、中國香港跳繩總會速度跳繩裁判。 24/12/2021(五)停課
1624			(B) 8:10pm-9:10pm							
1609	劍擊班	4/1/2022-22/2/2022 (二)	(A) 4:00pm-5:00pm	7	B210	\$150 (每堂)	7-10 歲	12 人	啟才 智能 發展 中心	劍擊是以劍攻擊和防禦的技術，是古代歐洲軍人用以對付敵人的格鬥技。 隨著時代的進步，劍擊便由武技演變為一種體育運動。劍擊除了單純的攻防的技巧外，更能促進腦部思維，鍛鍊集中力、訓練手腳協調能力、加強自信心以及認識禮儀及紀律。 課程教授基本步法、劍術、劍擊規則、攻擊及防守意識。 備註：幼兒劍擊班所使用之練習劍是於歐洲引入的軟膠劍以增強安全度，導師亦會因應情況使用正規練習劍。 1/2/2022 停課
1611			(B) 5:00pm-6:00pm				4-6 歲			
1612			(C) 6:00pm-7:00pm				7-10 歲			

幼兒及兒童課程

舞獅

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1628	醒獅班	7/1/2022- 25/2/2022 (五)	6:45pm- 7:45pm	8	B111	\$90 (每堂)	4-10 歲	12 人	朝英 國術 龍獅 總會	醒獅能提供一個機會給學生認識傳統國粹文化及體驗，而且也是一項鍛鍊體能的有益身心運動及講求極高度的團體合作精神，當中包括音樂、體育、藝術三合為一的運動。 自 1993-2019 年榮獲多項香港及國際武術錦標賽及獅藝賽獎項。

寫作

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1704	中國語文運用及寫作	4/12/2021-29/1/2022 (六)	(A) 12:00nn-1:00pm	6	B204	\$90 (每堂)	P.1	12人	Miss Lau 語文教室	1. 助鞏固語文知識，如標點、病句修訂、語感更正等範疇糾錯 2. 提升學生篇章文意理解及各種題形答題處理，避免「得文意而失分數」 3. 豐富學生寫作邏輯，訓練思維與學習提出文意與內文建立過程及，突出中心思想 4. 各項預備升中所需，讓學生妥善銜接 *星期六為雙月收費 備註：25/12/2021、1/1/2022、8/1/2022 停課
1705		15/1/2022-26/2/2022 (六)	(B) 1:00pm-2:00pm	7		\$95 (每堂)	P.2			
1706		4/12/2021-29/1/2022 (六)	(C) 2:00pm-3:00pm	6		\$100 (每堂)	P.3			
1707			(D) 3:00pm-4:00pm			\$105 (每堂)	P.4			
1708		15/1/2022-26/2/2022 (六)	(E) 4:00pm-5:00pm	7		\$107 (每堂)	P.5			
1709			(F) 5:00pm-6:00pm			\$110 (每堂)	P.6			

寫作

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1715	英文 作文班	7/12/2021- 28/12/2021 (二)	(A) 4:45pm- 6:00pm	4	B205	\$209 (每堂)	P.6	11 人	Miss Lau 語文 教室	Learning English in Primary schools is busy and demanding. Pupils always study English by doing worksheets rather than understanding the usages. We aim to nurture the pupils with different levels to practise English in a profound way. Explanation and illustration will be made regarding to their levels. Practice will be aimed for knowledge but not for marking. We hope to equip the pupils with solid foundation on Grammar, Sentence Structures, Reading Skills and Writing, enhance their skills to self study for further gradings. 大多數的小學課程一向以題目練習作為英語學習基礎，學生忙於作各式各樣的樣板習作來學習英語，久而久之缺乏靈活運用，對日後寫作表達難進一步。導師將會向各級別的小學學員提供實用的英語學術訓練，透過文法練習，學員討論，故事閱讀，創意寫作等來提昇學員的聽，講，讀，寫的能力，並希望引發學員自發性學習英語。 課程包括：英語文法訓練如時式，動，名詞，詞語概念等來鞏固英語語文基礎。還有指導學員建立詞語，組織思維進行寫作，加強創意寫作技能；我們希望能加深學員對學校英語課程的認識和瞭解；透過指導和恆常練習，讓學員習熟學校要求，能有進取的學術成績。 *星期一至五英作為單月收費 備註：21/12/2021(二)、24/12/2021(五)停課
1733		2/12/2021- 30/12/2021 (四)	(B) 3:45pm- 5:00pm	4		\$209 (每堂)	P.6			
1717		3/12/2021- 31/12/2021 (五)	(C) 3:30pm- 4:45pm	4		\$195 (每堂)	P.5			

寫作

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1726	英文 作文班	8/1/2022- 26/2/2022 (六)	(E) 12:00nn- 1:00pm	8	B205	\$129 (每堂)	P.2	11 人	Miss Lau 語文 教室	Learning English in Primary schools is busy and demanding. Pupils always study English by doing worksheets rather than understanding the usages. We aim to nurture the pupils with different levels to practise English in a profound way. Explanation and illustration will be made regarding to their levels. Practice will be aimed for knowledge but not for marking. We hope to equip the pupils with solid foundation on Grammar, Sentence Structures, Reading Skills and Writing, enhance their skills to self study for further gradings. 大多數的小學課程一向以題目練習作為英語學習基礎，學生忙於作各式各樣的樣板習作來學習英語，久而久之缺乏靈活運用，對日後寫作表達難進一步。導師將會向各級別的小學學員提供實用的英語學術訓練，透過文法練習，學員討論，故事閱讀，創意寫作等來提昇學員的聽，講，讀，寫的能力，並希望引發學員自發性學習英語。 課程包括：英語文法訓練如時式，動，名詞，詞語概念等來鞏固英語語文基礎。還有指導學員建立詞語，組織思維進行寫作，加強創意寫作技能；我們希望能加深學員對學校英語課程的認識和瞭解；透過指導和恆常練習，讓學員習熟學校要求，能有進取的學術成績。 *星期六為雙月收費 備註：25/12/2021、1/1/2022 停課
1719		4/12/2021- 29/1/2022 (六)	(F) 1:00pm- 2:00pm	7		\$120 (每堂)	P.1			
1720			(G) 2:00pm- 3:00pm			\$148 (每堂)	P.4			
1721			(H) 3:00pm- 4:00pm			\$142 (每堂)	P.3			
1716			(I) 4:00pm- 5:00pm			\$167 (每堂)	P.6			
1724		8/1/2022- 26/2/2022 (六)	(J) 5:00pm- 6:00pm	8		\$156 (每堂)	P.5			

寫作

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1727	英文 作文班	6/12/2021- 20/12/2021 (一)	(A) 2:00pm- 3:15pm	3	B205	\$260 (每堂)	F.2	11 人	Miss Lau 語文 教室	Learning English in Primary schools is busy and demanding. Pupils always study English by doing worksheets rather than understanding the usages. We aim to nurture the pupils with different levels to practise English in a profound way. Explanation and illustration will be made regarding to their levels. Practice will be aimed for knowledge but not for marking. We hope to equip the pupils with solid foundation on Grammar, Sentence Structures, Reading Skills and Writing, enhance their skills to self study for further gradings. 大多數的中學課程一向以題目練習作為英語學習基礎，學生忙於作各式各樣的樣板習作來學習英語，久而久之缺乏靈活運用，對日後寫作表達難進一步。導師將會向各級別的小學學員提供實用的英語學術訓練，透過文法練習，學員討論，故事閱讀，創意寫作等來提昇學員的聽，講，讀，寫的能力，並希望引發學員自發性學習英語地。 課程包括：英語文法訓練如時式，動，名詞，詞語概念等來鞏固英語語文基礎。還有指導學員建立詞語，組織思維進行寫作，加強創意寫作技能；我們希望能加深學員對學校英語課程的認識和瞭解；透過指導和恆常練習，讓學員習熟學校要求，能有進取的學術成績。 *星期一至五英作為單月收費，星期六為雙月收費 備註：27/12/2021(一)、25/12/2021(五)、1/1/2022(六)停課
1728			(B) 4:00pm- 5:15pm				F.5			
1737			(C) 5:15pm- 6:30pm				F.4			
1722		2/12/2021- 30/12/2021 (四)	(D) 2:30pm- 3:45pm	5			F.4			
1713			(E) 4:00pm- 5:15pm				F.1			
1718		3/12/2021- 31/12/2021 (五)	(F) 5:00pm- 6:15pm	4			F.3			
1738		8/1/2022- 26/2/2022 (六)	(G) 9:15am- 10:30am	8	B206		F.1			
1723			(H) 10:45am- 12:00nn				F.5			

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1714	試卷 研習室	7/12/2021- 28/12/2021 (二)	(A) 3:45pm-4:45pm	4	B205	\$238 (每堂)	P.5	5 人	Miss Lau 語文 教室	此課程專為小五、小六呈分準備而設，協助學員應付英文語文運用及寫作，為呈分試打好準備，學員將每堂練習有關試卷，增益學員英語技能， 得到更佳表現。 *星期一至五英作為單月收費 #1732 6-7pm21/12/2021(二)停課
1732			(B) 6:00pm-7:00pm	3	B206		P.6			
1734		2/12/2021- 30/12/2021 (四)	(C) 5:00pm-6:00pm	5	B205		P.6			
1731			(D) 6:00pm-7:00pm		B205		P.6			

青年及成人課程

歌唱/英語										現已開始接受報名
課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
2901	中文流行曲歌唱班	1/12/2021-29/12/2021 (三)	10:30am-12:00nn	5	B104	\$250 (每堂)	18 歲或以上	8 人	何國星 演藝教室	探討掌握國粵語流行曲的發聲、呼吸、拍子、音準、台風、糾正懶音及選曲技巧等，有助提升學員歌唱演繹技巧水平。
2905	成人歌唱技巧訓練班	7/12/2021-28/12/2021 (二)	8:00pm-9:30pm	3						本課程教授國粵語中文流行的拍子、音準、吐字、呼吸、台風、感情和選曲技巧等，有助提升學員歌唱的演繹技巧水平。 導師資歷： 1988 年第七屆新秀歌唱大賽銀獎得主 1998 年無線盃卡拉 OK 歌唱大賽冠軍 1994 年無線電視台粵語配音藝員訓練班畢業 2001 年考獲香港中文大學中國語文及文學系粵語水平測試 A 級證書 2005 年榮獲粵語正音推廣協會委任為粵語正音評核專員 備註：21/12/2021 停課

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
2101	中國水墨畫	4/1/2022-22/2/2022 (二)	9:30am-11:30am	7	B104	\$150 (每堂)	16 歲或以上	10-12 人	心源藝苑	〔進階班〕 目的：本課程是為修畢水墨畫（山水）初班或具有同等水墨畫基礎的同學而設。從臨摹多位古代名師作品開始，逐漸認識及掌握各種獨特的風格及不同的技巧，進而嘗試以個人風格創作出自己的作品。 內容：（一）積墨法（二）沒骨法 （三）水墨山水畫法（四）淺絳山水畫法 （五）題款及題鈴印之應用 導師資歷： 1.2014 年度上海國際書畫大賽金獎 2.香港中文大學專業進修學院中國水墨畫文憑(成績良好)畢業 收生：最好具備毛筆法或水墨畫基礎為佳 備註：1/2/2022 停課
2105	中國水墨畫	3/1/2021-28/2/2021 (一)	(A) 9:15am-11:15am	9		\$140 (每堂)			區穎琪 導師 (畫家、資深山水畫導師)	〔山水畫初階〕 目的：本課程是為愛好中國山水畫而並無任何作畫基礎的成人而設。內容由最基本的毛筆運用和水份控制開始，由淺入深，從簡到繁，使同學們打好基礎，假以時日定能逐漸掌握中國水墨畫的技巧。同時可認識我國文化的精粹、培養欣賞藝術的情操及發揮個人創作的潛能！ 內容： 1. 不同樹葉、樹木的畫法 2. 介紹勾、皴、擦、染、點的方法 3. 學習數種不同山石的皴法 4. 河流、山泉、瀑布的畫法 5. 簡單構圖的作品 導師資歷： 1. 2014 年度上海國際書畫大賽金獎 2. 香港中文大學專業進修學院中國水墨畫文憑(成績良好)畢業 材料費 \$140(可請導師代購) 包括 1. 宣紙 (半切) 20 張 2. 大山水筆一枝 3. 墨汁 (小) 一枝 4. 小毡一張 5. 瓷碟一隻
2106			(B) 11:20am-1:20pm							

書法

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
1223	成人 毛筆、硬筆字 書法班 (鋼筆、原子筆 或鉛筆及毛筆)	7/1/2022- 25/2/2022 (五)	7:30pm- 9:00pm	8	B104	\$120 (每堂)	16 歲 或 以上	12 人	黃誠業 (資深書法教師) 一九六八年毛筆及 硬筆書法比賽總冠軍	1. 指導學生對硬筆及毛筆的正確執筆方法，針對現時不良習慣 2. 硬筆字及毛筆字先學正統楷書，認識字型結構，使學生在功課上有標準規範及改善 3. 依據香港教育學院頒佈標準楷書，注重分析標準字錯別字及異體字 4. 加強學生認識漢字正確筆順，糾正錯誤慣用筆順方式 5. 導師具有數十年教學經驗，課程富有趣味性和認知性 6. 如課程將近農曆年期間、導師會加學揮春 備註：所需購買文具資料詳情可向詢問處職員索取或導師代購亦可約\$145，筆記簿及鉛筆需自備。

舞 蹈

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費(每堂)	對象	名額	導師	內容／備註
2402	集體舞	3/1/2022-28/2/2022 (一)	11:00am-12:30pm	8	健身室	\$55 (每堂)	16 歲或以上	22 人	馬佩芬	集體舞包含不同種類的舞蹈，有中國舞和西方舞。跳舞可以強化筋骨，促進心肺功能，改善關節的靈活性，增強體質，令人容光煥發，保持年輕及身心健康。長期跳舞能令人時刻精神充沛，適合不同年齡人士參加。 備註：31/1/2022 停課
2406	集體舞	7/1/2022-25/2/2022 (五)	9:30am-11:00am	8	健身室	\$55 (每堂)	16 歲或以上	22 人	茵茵舞軒	集體舞是包含拉丁舞、中國舞、爵士舞及土風舞等，是一項既開心又可纖體的帶氧運動，有助於手腳協調、消脂和瘦身。歡迎任何年齡，不分男女，絕對適合初學人任參加！ 備註：24/12/2021(五)停課
2407			11:00am-12:30pm							
2401	拉丁舞	5/1/2022-23/2/2022 (三)	11:00am-12:15pm	7	健身室	\$75 (每堂)	16 歲或以上	22 人	妙漫舞蹈學院 (fanny fan)	拉丁舞的優點，能強身健體，改善關節的靈活性 拉丁舞屬於體力訓練或帶氧運動，可以增強心臟的強度和耐力。藉著全身的肌肉和關節一起參與，使這些關節都得到了很好的鍛煉，提升了靈活性 <u>改善姿勢，使形態優美</u> 能有效預防脊椎疾病，改善身體姿勢，塑造美好身材，使形態優美 <u>增強自信，開拓社交能力</u> 從拉丁舞的鍛鍊中，得到了滿足，增強自信，也能藉著活動認識朋友，擴闊社交圈子 備註：2/2/2022(三)停課

健體

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
2205	瑜珈	4/1/2022-22/2/2022 (二)	(A) 10:50am-12:20pm	7	B110	\$110 (每堂)	16 歲或以上	12 人	銳生體協會 (Bonnie Chiu)	Hatha Yoga(哈達瑜珈)在梵語裏'哈'是代表太陽，有剛強、力量的意思，'達'是代表月亮，有陰柔、靜態的意思，故此哈達是陰陽結合的瑜珈。 課程會由呼吸練習開始，再由動態伸展慢慢進入屬於有氧運動的'Hatha Flow Yoga'(配合呼吸的一連串流暢動作)，從而增加我們的心肺功能，並減少血管和血壓問題引起的心臟疾病，當然其中也會有輕度至中度的力量練習來強化我們全身的肌肉，避勉因肌肉力量流失導致脊椎移位或關節受到太大壓力造成的疼痛，如肩膊、手腕、盤骨、膝蓋和腳腕等。 最後會進行靜態伸展來放鬆肌肉，減少肌肉酸痛或收縮什至受傷的機會，更可以全方位增加關節的活動能力，把一個或一系列關節產生最大活動幅度來減少關節炎的問題或改善姿勢不良帶來的圓肩、圓背、高低盤骨等…所以哈達瑜珈可以稱為全面瑜珈，適合大部分人練習。 備註：1/2/2022(二)、3/2/2022(四)停課
2209		6/1/2022-24/2/2022 (四)	(B) 9:10am-10:40am	7						
2217			(C) 10:50am-12:20pm							
2207		7/1/2022-25/2/2022 (五)	(D) 9:10am-10:40am	8						
2208			(E) 10:50am-12:20pm							

健體

現已開始接受報名

課程編號	課程名稱	上課日期	上課時間	堂數	上課地點	學費	對象	名額	導師	內容／備註
2302	太極班	7/12/2021-25/1/2022 (二) 早	(A) 9:15am-10:45am	8	健身室	\$95 (每堂)	14 歲或以上	22 人	徐煥光 太極學會	吳家(鄭氏)太極拳是一套內家拳法，功能保健養生，卻病延年，能舒緩緊張情緒，有助減輕壓力，適合男女老幼練習；動作柔和完美，體用兼備，新生先練習方拳、圓拳，進而刀及劍、推手等，循序漸進。 星期二 B 班、 星期三 C 班、 星期四 D 班可收新生
2303			(B) 10:45am-12:15pm							
2306		1/12/2021-26/1/2022 (三) 早	(C) 9:15am-10:45am	9						
2307		2/12/2021-27/1/2022 (四) 早	(D) 9:30am-11:00am	9						
2305		2/12/2021-27/1/2022 (四) 晚	(E) 8:15pm-9:45pm	9						
2501	青年跆拳道	4/1/2022-22/2/2022 (二)	7:45pm-9:45pm	7	B111	\$73.5 (每堂)	13 歲或以上	12 人	國際跆拳道香港總會	推廣跆拳道及培訓優秀運動員，跆拳道是一種富有趣味性有益身心的武術運動，跆拳道訓練不但可以，強身健體、臨危自衛，更可以鍛鍊人的意志，忍耐力，紀律，自信心及合作精神。 備註：1/2/2022(二)停課

鋼琴班收費：

30 分鐘班	收費	45 分鐘班	收費	45 分鐘班	收費	60 分鐘班	收費	樂理	收費
1001 初 級	\$140	1005 初 級	\$210	1009 4 級	\$270	1014 4 級	\$360	1019 五級	45min \$250
1002 1 級	\$150	1006 1 級	\$220	1010 5 級	\$280	1015 5 級	\$380		
1003 2 級	\$160	1007 2 級	\$240	1011 6 級	\$300	1016 6 級	\$400	1020 五級	60min \$330
1004 3 級	\$170	1008 3 級	\$250	1012 7 級	\$320	1017 7 級	\$420		
				1013 8 級	\$340	1018 8 級	\$440		

中心琴室租借服務

收費(每半小時)：

本中心之鋼琴學員**\$25**、非本中心之鋼琴學員**\$30**(須持有效會員証)

租用琴室服務須知：

1. 練琴者須準時離開及交還鎖匙。
2. 租用本中心琴室，一經交費，均不能退款。
3. 租用者有責任檢查琴室之設施是否完備，若發現任何損壞，請立即通知中心職員。
4. 琴室只提供練習用途，嚴格禁止在室內接受任何私人授課。一經發現，日後將取消租用資格。
5. 請保持琴室內之清潔衛生，不得在琴室內吸煙或飲食，離開琴室前請放下琴蓋，並隨手關燈及冷氣。
6. 為安全著想，8 歲或以下必須由家人或成年人陪同。另外，請勿以海報或紙張遮蓋琴室門上之玻璃窗。

「網上報名」方法

各位會員，請：	中心職員，會：
登入本中心網頁： http://klccc.caritas.org.hk ，按「報名網頁」，查閱課程及活動詳情，在選擇課程的方格按「✓」，(可選多班)後，按右方的「留位」，輸入所需資料，再按核對資料，即按「提交表格」便可。	1. 即日或在第二個工作天聯絡報名人士； 2. 確實所報課程 / 活動是否仍有空缺； 3. 若有，請在三天內寄回支票 (抬頭「香港明愛」) 或親臨本中心交費作實。逾期者，將由後備名單補上。
註：參加課程者必需持有有效會籍之會員	

備註：1. 証書申請~如申請「出席証明」每期收費**\$30.**，並需於課程結束後一年內提出申請。
 2. 如學員患有傳染性疾病 如 呼吸道感染、出水痘、感冒等，請儘量留於家中休息，以免傳染他人。

會員須知：

- 一． 已報名及繳費者（以下簡稱參加者）可以知會本單位想退出服務的意願，但不能少於服務舉行前六個工作天或以前提出申請，若本單位於有關活動已有候補者等候，則會安排由候補者補上，退出服務者需繳交手續費卅元正，本單位亦安排在十二個工作天內退回已繳交之費用；
- 二． 若本單位於有關活動沒有候補者，則參加者可以推薦符合該服務參加者資格的人士補上，本單位保留接納該候補人士的權利，若獲接納，則參加者需要繳交手續費卅元正；
- 三． 若沒有任何候補者，則參加者不能退出服務及取回已繳交之費用；
- 四． 若果本單位因應環境轉變而需要調動服務，因而引致參加者所參加的服務不能如期舉行，參加者可選擇參加其他服務，並將已繳交之費用轉到新的服務，參加者亦可選擇退回已繳交之費用，本單位安排在十二個工作天內退回已繳交之費用。
- 五． 為確保課程延續性，所有舊生不得插班。

颱風、暴風怎樣安排？		
	室內活動	戶外活動
3 號風球	✓	✗
8 號或以上風球	✗	✗
雨天或黃色暴雨警告	✓ ♥	🏠
紅色暴雨警告	✓ ♥	✗
黑色暴雨警告	✗	✗

除下 8 號風球至 3 號風球、除下黑色暴雨警告至紅色暴雨警告要留意！				
室內活動			戶外活動	
上午	3 小時前	✓ ♥	上午	✗
下午	3 小時前	✓ ♥	下午	✗
晚上	3 小時前	✓ ♥	晚上	✗

除下 3 號或以下風球、除下紅色或黃色暴雨警告要留意！				
	室內活動		戶外活動	
上午	照常	✓	3 小時前	🏠
下午	照常	✓	3 小時前	🏠
晚上	照常	✓	3 小時前	🏠

✓：如常舉行 ✗：取消 ♥：自行決定 🏠：請致電中心查詢

如遇豪雨，本中心所有室內課程及活動繼續進行。但家長應視乎環境，決定是否適宜帶子弟回中心上課。各缺席課堂，均不獲補堂。