



2025

暑期田徑課程

7月7日-8月31日

對象：3歲或以上

 內容設有短跑、中長跑、接力、跳遠、跨欄、標槍、壘球等多全方位田徑訓練

 小班教學 專業教練技術指導

 因材施教 制定有效訓練方針

 全面鍛鍊體能 提升學生的心肺功能、身體協調、反應、速度、柔韌性、平衡力和爆發力等

 趣味與效果並重



 如有任何查詢/報名，歡迎WhatsApp 9707 0375聯絡

課程編號	地點	時間
CWB1	銅鑼灣運動場	星期一 10:00-11:30
CWB3	銅鑼灣運動場	星期三 10:00-11:30
CWB4	銅鑼灣運動場	星期四 17:00-18:30
CWB6	銅鑼灣運動場	星期六 17:30-19:00
CWB7	銅鑼灣運動場	星期日 14:00-15:30
AB3	香港仔運動場	星期三 15:00-16:30
SSW6	小西灣運動場	星期六 15:30-17:00
PS1	巴富街運動場	星期一 15:30-17:00
PS2	巴富街運動場	星期二 10:00-11:30
PS4	巴富街運動場	星期四 17:00-18:30
HH3	斧山道運動場	星期三 17:30-19:00
HH5	斧山道運動場	星期五 17:30-19:00
KLT3	九龍仔運動場	星期三 15:30-17:00
KLT6	九龍仔運動場	星期六 15:00-16:30
KLB4	九龍灣運動場	星期四 17:00-18:30
KLB6	九龍灣運動場	星期六 18:00-19:30

課程編號	地點	時間
SSP2	深水埗運動場	星期二 15:00-16:30
SSP7	深水埗運動場	星期日 17:00-18:30
KC3	葵涌運動場	星期三 17:30-19:00
TY5	青衣運動場	星期五 17:00-18:30
TY7	青衣運動場	星期日 11:00-12:30
TSW5	天水圍運動場	星期五 15:00-16:30
TSW6	天水圍運動場	星期六 17:00-18:30
TSW7	天水圍運動場	星期日 17:00-18:30
TM-SL2	屯門兆麟運動場	星期二 17:00-18:30
TM-SL3	屯門兆麟運動場	星期三 15:30-17:00
TM-SL4	屯門兆麟運動場	星期四 17:30-19:00
TM5	屯門鄧肇堅運動場	星期五 17:30-19:00
TM6	屯門鄧肇堅運動場	星期六 14:45-16:15
TKO1	將軍澳運動場	星期一 15:00-16:30
TKO2	將軍澳運動場	星期二 15:00-16:30
TKO4	將軍澳運動場	星期四 16:00-17:30
TKO6	將軍澳運動場	星期六 10:00-11:30

課程編號	地點	時間
ST5A	沙田運動場	星期五 17:30-19:00
ST5B	沙田運動場	星期五 19:00-20:30
ST7	沙田運動場	星期日 09:00-10:30
MOS5	馬鞍山運動場	星期五 18:00-19:30
TP2	大埔運動場	星期二 17:30-19:00
TP5A	大埔運動場	星期五 17:00-18:30
TP5B	大埔運動場	星期五 18:00-19:30
TP6	大埔運動場	星期六 10:00-11:30
ND1	北區運動場	星期一 17:30-19:00
ND4	北區運動場	星期四 14:30-16:00
ND6	北區運動場	星期六 14:30-16:00





收費
 幼兒 (3歲-5歲) - \$190/堂
 兒童 (6歲或以上) - \$170/堂



\$280
 報名及制服費用



參加者可獲頒發電子證書乙張

★
 新生首次報名優惠
 二人同行 每人減\$100
 三人同行 每人減\$150
 一星期報兩堂 學費9折 **-10%**
 ★

*以上適用於報名全期學員



 如有任何查詢/報名, 歡迎WhatsApp 9707 0375聯絡