

幼兒籃球班 《對象3-6歲》

課程編號	日期	時間	星期	堂數	30/4或之前報名	費用	備註
4902 - BBS2405	5/5 - 30/6	3:45pm - 5:00pm	日	9	\$1,125	\$1,225	

兒童及青少年男女籃球班(對象6 - 14歲)

課程編號	日期	時間	星期	堂數	30/4或之前報名	費用	備註
4902 - BS2405 - 1	3/5 - 28/6	6:45pm - 8:00pm	五	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 2	4/5 - 29/6	2:15pm - 3:30pm	六	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 3	4/5 - 29/6	3:30pm - 4:45pm	六	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 4	4/5 - 29/6	4:45pm - 6:00pm	六	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 5	5/5 - 30/6	1:15pm - 2:30pm	日	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 6	5/5 - 30/6	2:30pm - 3:45pm	日	9	\$1,125	\$1,225	
4902 - BS2405 - 7	5/5 - 30/6	3:45pm - 5:00pm	日	9	\$1,125	\$1,225	

籃球班注意事項：

1. 對象：6 - 14歲。
2. 籃球班師生人數比例1:15。
3. 參加者必須穿著本會所的籃球套裝，每套\$170(包括衫及褲)。
4. 不設舊生留位，由於名額容易爆滿，建議舊生盡量提早報讀下一期課程。

籃球加強練習班

只需要多一半價錢，就可以打多一倍時間，進步自然快人一倍。

此班優點：

1. 專為熱愛籃球及想快速提昇技術的學員而設
2. 讓孩子多做運動，身體自然更加強壯。
3. 訓練強度適中，不會令孩子覺得辛苦。

5 - 6月(每班名額10人)

課程編號	日期	時間	星期	堂數	30/4或之前報名	費用	備註
4902 - ST2405 - 1	4/5 - 29/6	2:15pm - 4:45pm	六	9	\$1,683	\$1,783	
4902 - ST2405 - 2	4/5 - 29/6	3:30pm - 6:00pm	六	9	\$1,683	\$1,783	
4902 - ST2405 - 3	5/5 - 30/6	1:15pm - 3:45pm	日	9	\$1,683	\$1,783	
4902 - ST2405 - 4	5/5 - 30/6	2:45pm - 5:00pm	日	9	\$1,683	\$1,783	

免費試堂：

每位會員可獲免費試堂一次，試堂名額有限，先報先得，請到詢問處報名。

青少年男女子籃球班(對象13 - 16歲)

課程編號	日期	時間	星期	堂數	30/4或之前報名	費用	備註
4902 - BJ2405	4/5 - 29/6	7:45pm - 9:45pm	六	9	\$1,350	\$1,450	

注意事項：

1. 名額：30位(籃球班師生人數比例1:15。)



幼兒及兒童足球培訓班

目的：透過有系統的足球訓練，增強參加者之基本技術、團隊意識及體育精神，並作為長期有系統訓練，立YMCA兒童足球隊，參加各項比賽。

內容：教授足球運動之基本技術，並透過各種分組練習及比賽，灌輸團隊精神。

導師：張偉康教練

備注：不設舊生留位，由於名額容易爆滿，建議舊生盡量提早報讀下一期課程。

負責同事：岑國倫 Dick Sir(內線119)



幼兒班(4 - 7歲)

課程編號	日期	星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	名額	上課地點	備註
4902 - FCB2405 - 1	4/5 - 29/6	六	5:00pm - 6:00pm	\$972	\$1,072	9	20	室外場上課	

兒童班(8 - 12歲)

課程編號	日期	星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	名額	上課地點	備註
4902 - FC2405 - A	4/5 - 29/6	六	6:00pm - 7:30pm	\$1,080	\$1,180	9	30	室外場上課	

兒童及青少年班(11 - 15歲)

課程編號	日期	星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	名額	上課地點	備註
4902 - FC2405 - B	3/5 - 28/6	五	6:30pm - 8:00pm	\$1,080	\$1,180	9	30	室外場上課	

免費試堂：

每位會員可獲免費試堂一次，試堂名額有限，先報先得，請到詢問處報名。



發掘小孩潛質
培訓明日之星

幼兒羽毛球持續學習班(5 - 8歲)

要成為一項運動之專才，必須從小開始，越早開始，優勢越大，持之以恆，努力不懈，必見成就。

班編號	日期	逢星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	備註
4902 - BNB2405 - 1	4/5 - 29/6	六	9:30am - 11:00am	\$1,035	\$1,135	9	

兒童及青少年羽毛球班(9 - 16歲)

班編號	日期	逢星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	備註
4902 - BN2405 - 1	4/5 - 29/6	六	11:00am - 12:30nn	\$1,035	\$1,135	9	
班編號	日期	逢星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	備註
4902 - BN2405 - 2	4/5 - 29/6	六	12:30nn - 2:00pm	\$1,035	\$1,135	9	



1. 參加者須請自備羽毛球拍。
2. 名額：18位(教練與學員比例1:18)
3. 地點：2/F室內運動場(3個羽毛球場)
4. 不設舊生留位，由於名額容易爆滿，建議舊生盡量提早報讀下一期課程。
5. 負責同事：岑國倫 Dick Sir(內線119)

兒童排球培訓班

由香港甲一組教練團教授：透過資深及技術優秀的教練，讓持續練習的學員在技術上得到大幅提昇。

適合：1) 有興趣排球運動的學員

2) 有目標去成為排球校隊的一份子

3) 成為學校校隊最具實力的核心隊員

目的：排球運動在香港日益普及，發展兒童的排球培訓亦不容忽視，本會透過舉辦兒童排球訓練班，培養學生對排球運動的興趣，提升他們的基本技術之餘，讓他們從訓練中學會團隊合作的重要性。

內容：教授排球的基本技術、排球比賽的概念及規則

導師：Victory Volleyball Club(香港甲一組)教練團

教練學員比例：1:8(如多於8位學員，會增設助教)

初小兒童班(6-8歲)

班編號	月份	日期	逢星期	時間	31/3或之前報名	費用	堂數	備註
4902-vb2414	4月	7/4 - 28/4	日	9:00am - 10:30am	\$600	\$700	4	
班編號	月份	日期	逢星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	備註
4902-vb2415	5-6月	5/5 - 30/6	日	9:00am - 10:30am	\$1350	\$1450	9	

高小兒童班(9-12歲)

班編號	月份	日期	逢星期	時間	31/3或之前報名	費用	堂數	備註
4902-vhb2414	4月	7/4 - 28/4	日	10:30am - 12:00pm	\$600	\$700	4	
班編號	月份	日期	逢星期	時間	30/4或之前報名	費用	堂數	備註
4902-vhb2415	5-6月	5/5 - 30/6	日	10:30am - 12:00pm	\$1350	\$1450	9	

兒童及青少年彈床氣墊筋斗班

目的：適合踏入青少年時期，體力充沛又喜愛翻筋斗的青少年，通過彈床及氣墊的彈力，感受肌肉的爆發力，平衡力及空中翻轉的感覺。

導師：吳艷芳教練(前中國國家體操運動員，現任中國香港體操總會教練)，並入選由中國香港體操總會主辦，香港教練培訓委員會資助之「傑出地區教練」獎勵計劃。

名額：24位(分小組上課，教練學員比例：1:8)

負責同事：鄧濂靈 鄧Sir

課程編號	班別	對象	日期	星期	時間	堂數	費用	備註
4902 - GB - 2405 - 4 - 1730	基礎班	12歲或以上初學者	2/5 - 27/6	四	5:30pm - 6:30pm	9	\$1,584	學員須穿著運動衣服及技巧鞋上課
課程編號	班別	對象	日期	星期	時間	堂數	費用	備註
4902 - GB - 2405 - 4 - 1830	初級班	12歲或以上曾參加體操1年以上之愛好者	2/5 - 27/6	四	6:30pm - 7:30pm	9	\$1,584	學員須穿著運動衣服及技巧鞋上課